



Training in Zeiten von Corona (Covid-19)

Liebe Füchse,

endlich ist es soweit, wir dürfen uns auf dem Platz wiedersehen.

Wir, der Vorstand der Abteilung, haben in mehreren Sitzungen versucht, die Vorgaben des Senats von Berlin in sinnvolle Rahmenbedingungen für die Trainer zu bringen.

Eins vorweg, diese Rahmenbedingungen sind unbedingt durch alle einzuhalten, ein Verstoß kann drastische Konsequenzen haben. Wir müssen damit rechnen, dass das Training auch von Mitarbeitern des Ordnungsamtes besucht wird, um die Umsetzung der Vorgaben zu kontrollieren. Trotz der Einschränkungen und der Tatsache, dass auf absehbare Zeit kein Punktspielbetrieb stattfinden wird, wollen wir jedoch das Training wieder aufnehmen, um Bewegung und soziale Kontakte zu ermöglichen.

Euer / Ihr Vorstand der Hockeyabteilung der Füchse, 15. Mai 2020

Inhalt

Allgemeine Regeln.....	1
Leitplanken des DOSB.....	3
Konzept und Regeln der Füchse.....	5
Erklärung	8

Allgemeine Regeln

Da die Anzahl der zu Trainierenden auf dem Platz begrenzt ist, legt der Trainer den Kreis der Teilnehmenden fest.

Es ist für die Dokumentation elementar wichtig, dass ihr euch rechtzeitig vor dem Training abmeldet, wenn ihr verhindert seid. Des Weiteren werden die Trainer eine Anwesenheitsliste führen, damit die Ansteckungskette ggf. nachverfolgt werden kann. Zum Zwecke der Dokumentation liegt im linken Lager ein Ordner. Dort legen die Trainer Listen für die Anwesenheit, die Gruppeneinteilung, und die unterschriebenen Erklärungen der Teilnehmer ab. Des Weiteren müssen die Erklärung des Übungsleitenden von jedem Übungsleitendem des Bezirksamts vor jedem Training auszufüllen und beim Platzwart abzugeben. Ohne diese Erklärung ist die Durchführung des Trainings nicht möglich!

Die Senatsverwaltung für Inneres und Sport hat bestätigt, dass das Training von mehreren Gruppen mit bis zu acht Personen (einschließlich Trainer/Betreuer) parallel auf einem Spielfeld erlaubt ist. Dabei dürfen die Kleingruppen nicht untereinander gemischt werden, sondern müssen in ihrer Zu-



sammensetzung verbleiben. Jede Kleingruppe wird durch einen eigenen Trainer angeleitet. Ist ein Wechsel der Kleingruppe erforderlich, kann dies unter Beachtung von zwei Wochen Hockeyquarantäne durchgeführt werden.

Bitte kommt schon umgezogen zum Platz. Die Umkleiden bleiben geschlossen.

Wir werden das Spielfeld auf der Arosener Allee in 2 Bereiche unterteilen. Es wird auch nur Training dort angeboten, da die Anlage am Vereinsheim durch die anderen Abteilungen genutzt werden wird! Wir bedauern, dass das Training der dort trainierenden Mannschaften für diesen Zeitraum entfallen muss. Wann sich dies wieder ändern wird können wir leider nicht sagen. Auf der Arosener Allee wird das Training nach dem bereits veröffentlichten Trainingsplan erfolgen.

Die Teilnahme und Durchführung des Trainings können bis auf Weiteres nur unter strengen Voraussetzungen erfolgen. Diese werden nachfolgend erläutert werden. Wir erwarten, dass diese von allen Mitgliedern zur Kenntnis genommen und befolgt werden! Unsere Trainer sind angehalten, einen Verstoß mit dem Ausschluss vom Training zu sanktionieren.

Alle Erziehungsberechtigten sind angehalten, ihre Kinder über die Gefahren und Regeln aufzuklären. Am Trainingsbetrieb darf nur teilnehmen, wer nachfolgende Verhaltensvorschriften seinem Trainer unterschrieben aushändigt.

Training wird ab Jahrgang 2011 und älter angeboten.

Die allgemeinen Teilnahmebedingungen lauten:

- **Am Training dürfen nur Füchse teilnehmen, die gesund sind.**
- **Nichtteilnehmen dürfen diejenigen, die**
 - **innerhalb der letzten 14 Tage aus dem Ausland zurückgekehrt sind oder in Kontakt zu Rückkehrenden standen oder Kontakt zu infizierten Personen hatten**
 - **aktuell (Erkältungs-) Symptome aufweisen**
 - **zu einer Risikogruppe gehören und aus diesem Grund eine Nichtteilnahme angeraten ist.**

Leitplanken des DOSB

Wir müssen und werden uns an den 10 Leitplanken des DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) orientieren:



Das bedeutet für uns, also

1. Distanzregeln einhalten

Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.

2. Körperkontakte müssen unterbleiben

Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung



von Zweikämpfen, z. B. in Spielsportarten, sollte unterbleiben. In Zweikampfsportarten kann nur Individualtraining stattfinden.

3. Mit Freiluftaktivitäten starten

Sport und Bewegung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel und Trainingsformen sollten, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten, im Freien durchgeführt werden.

4. Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden. In einigen Sportarten kann der Einsatz von MundNasenSchutzmasken sinnvoll sein.

5. Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird vorerst ausgesetzt. Die Gastronomiebereiche bleiben geschlossen, ebenso wie die Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume.

6. Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans. Zudem ist auf touristische Sportreisen zu verzichten.

7. Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen

Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Die Bundesregierung hat es Vereinen kurzfristig gestattet, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen in den Vereinen untersagt. Nicht gestattet sind zunächst auch sportliche Wettbewerbe.

8. Trainingsgruppen verkleinern

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (bis zu fünf Personen), die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantänemaßnahmen zu belegen.

9. Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Individualtraining kann eine Option sein.

10. Risiken in allen Bereichen minimieren

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

Unsere Trainer haben Konzepte entwickelt, um unter Einhaltung dieser Verhaltensvorschriften Trainingsangebote zu entwickeln. Mit der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs sollte kein Zwang verbunden sein, sich trotz Bedenken zur Teilnahme gedrängt zu fühlen. Unser Angebot ist ausschließlich freiwilliger Natur.

Konzept und Regeln der Fuchse

Unsere Trainer haben Konzepte entwickelt, um unter Einhaltung dieser Verhaltensvorschriften Trainingsangebote zu entwickeln.

Mit der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs sollte kein Zwang verbunden sein, sich trotz Bedenken zur Teilnahme gedrängt zu fühlen. Unser Angebot ist ausschließlich freiwilliger Natur.

Die Abteilung wird auf dem Platz Seife, Einweghandtücher und Desinfektionsmittel zur Verfügung stellen und dafür sorgen, dass die Toiletten aufgeschlossen sind.

Das Händewaschen soll nach den ja vermutlich allseits bekannten Regeln erfolgen:



Halten Sie die Hände zunächst unter fließendes Wasser.



Seifen Sie dann die Hände gründlich ein – sowohl Handinnenflächen als auch Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume und Daumen. Denken Sie auch an die Fingernägel. Hygienischer als Seifenstücke sind Flüssigseifen, besonders in öffentlichen Waschräumen.



Reiben Sie die Seife an allen Stellen sanft ein. Gründliches Händewaschen dauert 20 bis 30 Sekunden.



Danach die Hände unter fließendem Wasser abspülen. Verwenden Sie in öffentlichen Toiletten zum Schließen des Wasserhahns ein Einweghandtuch oder Ihren Ellenbogen.



Trocknen Sie anschließend die Hände sorgfältig ab, auch in den Fingerzwischenräumen. In öffentlichen Toiletten eignen sich hierfür am besten Einmalhandtücher. Zu Hause sollte jeder sein persönliches Handtuch benutzen.



„Einzuhaltende Regeln für eine Trainingsteilnahme“

1. Getrennt auf die Anlage kommen.
2. Umgezogen auf die Anlage kommen.
3. Vor dem Training Händewaschen.
4. Die Trainer legen den Teilnehmerkreis fest.
5. Absagen spätestens eine Stunde vor Beginn.
6. Eltern ist der Zugang zum Platz bis auf Weiteres untersagt, da Zuschauer verboten sind.
7. Kinder müssen ab dem Eingang alleine auf die Anlage gehen.
8. Betreten und Verlassen der Anlage über den Eingang Aroser Allee unter Beachtung der angebrachten Wegweiser.
9. Die Duschen und die Umkleiden sind gesperrt und bleiben dies auch.
10. Material wird nur durch den Trainer transportiert, auf- und abgebaut.
11. Die Trainer werden regelmäßig Klinken und das Gelände beim Durchgang zum Sportplatz desinfizieren.
12. Die Bälle werden während des Trainings ausschließlich mit dem Schläger bzw. den Füßen berührt. Das Einsammeln erfolgt durch den Trainer unter Beachtung der aktuellen Hygienemaßnahmen.
13. Der Platz ist nur über diesen Zugang zu betreten.
14. Der Platz darf erst nach Aufforderung des Trainers und einzeln betreten werden.
15. Das Gelände darf nicht überklettert, übersprungen oder auf anderem Weg überquert werden.
16. Der Abstand ist immer einzuhalten.
17. Die eingeteilten Bereiche werden nicht verlassen.
18. Toilettengang nur einzeln und nach Abmeldung beim Trainer.
19. Trinkpausen nur einzeln und auf Anweisung vom Trainer.
20. Ein Verstoß gegen die Regeln wird sofort mit Ausschluss vom Training geahndet. Kinder müssen dann ggf. von Ihren Eltern abgeholt werden, da der Aufenthalt auf der Anlage dann nicht mehr gestattet ist.



Erklärung

Ich habe die Regeln für den Trainingsbetrieb gelesen und verstanden.

Name, Vorname:

Datum, Unterschrift:
