

## Hygienekonzept Handballabteilung TSV Heiligenrode

(Stand 28. August 2020)

Die Handballabteilung des TSV Heiligenrode möchte mit diesem Konzept den schrittweisen Einstieg in das reguläre Handballtraining ermöglichen. Die Regeln und Maßnahmen orientieren sich dabei an den aktuellen Vorgaben des HHV und DHB entsprechend dem Konzept „Return-to-Play“, Stufe 7, bzw. „Return-to-Play Spielbetrieb“. Das Konzept behandelt dabei die Aspekte TRAININGSBETRIEB, TRAININGSSPIEL und TRAININGSLAGER.

Oberstes Ziel ist die Gesundheit aller Sportler und Trainer. Nur wenn die folgenden Hygieneregeln eingehalten werden, kann das Training wieder aufgenommen werden.

Folgende Regeln werden aufgestellt und jedem Sportler und Trainer schriftlich ausgeteilt. Jeder Teilnehmer bestätigt, dass er die Regelungen befolgen wird.

### TRAININGSBETRIEB

#### Vorbereitende Maßnahmen:

1. Vor Beginn der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs wird jede Mannschaft nochmals gesondert und eindringlich von einem Vorstandsmitglied der Handballabteilung auf die strikte Einhaltung der Regelungen hingewiesen.
2. Zu Beginn der jeweiligen Trainingseinheit wird schriftlich festgehalten, welcher Sportler bzw. Trainer an der Trainingseinheit teilnehmen wird.
3. Zu Beginn jeder Trainingseinheit wird jeder Trainer die anwesenden Sportler befragen, ob Krankheitssymptome vorliegen bzw. ob in den letzten 14 Tagen Kontakt zu Corona-Infizierten bestand. Diese Sportler sind umgehend nach Hause zu schicken. Bei einer direkten Ansteckung eines Gruppenmitglieds oder entsprechendem Verdachtsfall muss der Trainingsbetrieb der gesamten Mannschaften umgehend eingestellt werden und Absprachen bezüglich der Weiterführung mit den örtlichen Anlaufstellen wie Gesundheitsamt durchgeführt werden. Der Trainer hat Symptome eines Mitglieds der Gruppe bzw. Verdachtsfälle der Abteilungsleitung (Markus Menger) zu melden. Von hier erfolgt umgehend auch eine Meldung an den Vorsitzenden des Gesamtvereins (Robert Balzer).
4. Dieses Hygienekonzept wird in der Halle am Eingang ausgehängt
5. Beim Betreten der Halle, insbesondere wenn sich die Personen in den Fluren begegnen, sind von allen Teilnehmern die üblichen Mund-/Nase-Schutzmasken zu tragen.
6. Eine Hallentür wird als „Eingang“ bestimmt, die andere Hallentür wird als „Ausgang“ bezeichnet, so dass eine getrennte Wegeführung gewährleistet ist.
7. Jede Mannschaft hat einen Hygienebeauftragten, der in der jeweiligen Trainingseinheit für die Einhaltung des Konzepts verantwortlich ist.

Für jede Mannschaft, die den Trainingsbetrieb wieder aufnimmt, liegen der Abteilungsleitung Listen der Mannschaftsmitglieder mit Kontaktdaten zur Rückverfolgung von Infektionsketten vor.

8. Turngeräte wie Reckstangen, Barren, Pauschen, Schwingbodenmatten, Stützflächen dürfen **n i c h t** benutzt werden.

## **Maßnahmen und Regelungen für jede Trainingseinheit:**

### **1. Distanzregeln einhalten**

Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Personen soll so oft es geht, eingehalten werden. Die Steuerung des Zutritts zur Halle erfolgt unter Vermeidung von Warteschlangen, d. h. jeder Teilnehmer kommt alleine in die Halle. Das Abklatschen, Begrüßen, Umarmen der anderen Teilnehmer an der Übungseinheit zur Begrüßung ist strikt verboten.

Spieler, die diese Regelungen missachten sind vom Trainer sofort nach Hause zu schicken.

### **2. Umkleidekabinen und Duschen sind weiterhin gesperrt**

Die Nutzung von Umkleiden und Dusche ist nicht erlaubt. Die Spieler kommen bereits umgezogen in die Halle und verlassen diese auch in Trainingskleidung.

### **3. Nur eine Mannschaft pro Halle**

Vorerst darf sich nur eine Mannschaft in der Halle aufhalten. Zwischen dem Ende der Übungseinheit der vorherigen Mannschaft und dem Beginn der Übungseinheit der nächsten Mannschaften müssen mindestens 10 Minuten liegen, damit sich beide Mannschaften bei der An- und Abreise nicht begegnen. Zwischen den Einheiten muss die Halle komplett durchgelüftet werden. Dabei ist insbesondere auf eine ausreichende Belüftung des Innenraums zu achten.

Die Gruppengröße ist nicht beschränkt. Es kann in Mannschaftsstärke trainiert werden.

Eltern und anderen Personen ist der Zutritt zur Halle verwehrt.

### **4. Individuelle Anreise zur Trainingseinheit**

Fahrtgemeinschaften mit Trainer oder Trainingspartner von/und zum Training sind zu vermeiden und im Ausnahmefall nur unter Verwendung einer Mund-Nasen-Schutzmaske zulässig.

### **5. Trainingseinheiten:**

- Vor dem Zutritt zur Halle muss jeder Teilnehmer der Übungseinheit seine Hände gründlich desinfizieren. Außerdem ist der jeweilige Trainingsball zu desinfizieren.
- Es werden von den Trainern keine Hilfestellungen mit Körperkontakt durchgeführt.
- Training mit Körperkontakt darf in Mannschaftsstärke durchgeführt werden.
- Nach dem Ende der Trainingseinheit muss die Halle zügig verlassen werden. Duschen und Umziehen erfolgt ausschließlich zu Hause. Kein Verweilen in Eingangs- und Durchgangsbereichen der Halle (Eltern, nächste Trainingsgruppe etc.).
- Das Tragen von Schweißbändern zur Absorption von Schweiß an Handflächen/der Stirn wird empfohlen.

- Zwischen einzelnen Trainingsabschnitten sollen die Sportler und Trainer immer wieder die Hände sowie die Oberfläche der Bälle desinfizieren.
- Nach der Übungseinheit vor Verlassen der Halle muss jeder Teilnehmer der Einheit seine Hände gründlich desinfizieren.

## **TRAININGSSPIELE**

Für Trainingsspiele gelten die folgenden allgemeinen Regeln zur Minimierung des Infektionsrisikos:

- Abstand einhalten sofern es möglich ist
- Tragen des Mund-Nase-Schutz in dem Kabinentrakt
- Desinfektionsmaßnahmen
- Symptomfreiheit
- Vollständige Identifikation der Beteiligten zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten
- Für Durchlüftung in Halle und Kabine sorgen
- Keine Zuschauer, nur unmittelbar Beteiligte am Spielbetrieb sind Zutrittsberechtigt.
- Trennung der Verkehrswege für Heim- und Auswärtsmannschaft in der Halle.

Regeln vor dem Spiel:

- Die Spieler reisen individuell an, bei Fahrgemeinschaften ist Mund-Nase-Schutz zu tragen.
- Auf Begrüßungszeremonien jeglicher Art ist zu verzichten.
- Die Mannschaften betreten über getrennte Eingänge den Kabinentrakt.
- Beim Betreten der Halle ist Mund-Nase-Schutz zu tragen und die Hände sind zu desinfizieren.
- Eine vollständige Liste der Teilnehmer des Trainingsspiels inkl. der Bestätigung der Symptomfreiheit sind vom Hygieneverantwortlichen der Mannschaften zu übergeben.
- Die Anzahl der Spieler ist auf 16 je Mannschaft begrenzt, die Anzahl der Betreuer beträgt maximal 3 pro Team.
- Die Kabinen und Duschen bleiben geschlossen.
- Die Mannschaften gehen über getrennte Eingänge direkt in die Halle auf die ihr zugeteilten Hallenhälfte.
- Die technische Besprechung zwischen Schiedsrichter und Mannschaftsverantwortlichen findet mit maximal drei Personen statt. Dabei ist Mund-Nase-Schutz zu tragen.

Während des Spiels:

- Zeitnehmer und Kampfgericht tragen Einweg-Handschuhe (sofern die Tische und Bedienelemente nicht desinfiziert werden können) und Mund-Nase-Schutz (sofern die Abstände von 1,5m nicht eingehalten werden können).
- Der obligatorische Sportlergruss vor dem Spiel entfällt
- Das Time-out wird unter Einhaltung des Mindestabstands zum Zeitnehmertisch vorgenommen.
- Auf das Abklatschen und gemeinsame Jubeln bei Torerfolg wird verzichtet. Der Körperkontakt zu Mit- und Gegenspieler wird auf das für den Spielbetrieb notwendige Maß beschränkt.
- Der Platz für die Mannschaftsbänke wird größtmöglich gewählt, um eine entsprechende Entzerrung zu schaffen.
- In der Halbzeitpause werden die Seiten nicht gewechselt. Jedes Team verbleibt auf seiner Seite mit seinen Mannschaftsbänken. Die Teambesprechung findet in der Halle oder im Freien mit ausreichend Abstand zueinander statt.

Nach dem Spiel:

- Die Mannschaften verlassen mit entsprechendem Abstand die Halle umgehend nach Spielschluss.
- Das Umziehen und Duschen in den Kabinen ist untersagt.

## **TRAININGSLAGER**

Trainingslager setzen sich modular aus verschiedenen Einzelbausteinen zusammen. Ein typisches Trainingslager basiert auf den Bausteinen Training und Trainingsspiel, wobei zwischen den Einheiten eine Trainingslagerpause eingelegt wird. Ein möglicher Ablauf sieht wie nachfolgend aus, wobei die Module auch anderweitig angeordnet sein können:

- Training
- Trainingslagerpause
- Training
- Trainingslagerpause
- Trainingsspiel

Für die Module Training und Trainingsspiel gelten die o.g. Regeln, so dass hier ergänzend nur die Regeln für die Trainingslagerpause definiert werden. Hier gelten folgende Regeln zur Minimierung des Infektionsrisikos:

- Nach dem Training / Trainingsspiel ist wie oben beschrieben, die Halle schnellstmöglich ohne Nutzung der Kabinen und Duschräume zu verlassen.
- Die Halle wird umfangreich gelüftet.
- Während der Trainingslagerpause wird konsequent die AHA-Regel angewendet (Abstand einhalten, Hygieneregeln beachten, Alltagsmaske tragen). Das bedeutet insbesondere, dass innerhalb des geschlossenen Bereiches Abstände von mindestens

1,5 Meter zueinander eingehalten werden und zusätzlich Alltagsmasken getragen werden.

- Sollte Verpflegung eingenommen werden, so gilt hierfür
  - Nur im Vorraum der Halle oder im Freien.
  - Die Abstände von 1,5 Meter müssen immer eingehalten werden.
  - Die Laufwege im Verpflegungsbereich werden klar geregelt, so dass es nicht zu Kollisionen kommt.
  - Kein Mehrfachkontakt von Lebensmittel und Geschirr durch verschiedene Leute erfolgt.

**Risiken sind in allen Bereichen zu minimieren! Alle Trainer und Sportler sind dazu angehalten sich strikt an die o. g. Regelungen zu halten. Ein Verstoß gegen diese Regelung erfordert den sofortigen Verweis aus der Halle.**

**Die Handballabteilung des TSV Heiligenrode unterstützt in allen Bereichen die Schutzmaßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie. Sie fühlt sich insbesondere dem Schutz von Risikogruppen stark verpflichtet und möchte aber dennoch mit diesem Hygieneplan ermöglichen, dass der Sport wieder aufgenommen werden kann.**