



Leitfaden zur Durchführung des Trainingsbetriebes in der SSV Hennstedt

Einleitung

Die Corona-Pandemie beeinflusst noch immer weite Bereiche des Lebens in Deutschland. Das Virus ist nicht besiegt, unvorsichtige Schritte könnten fatale Wirkungen haben. Aber es gibt deutlich positive Entwicklungen, die erfreuliche Konsequenzen ermöglichen. Deutschland und die Deutschen haben im Stresstest bislang vorbildlich agiert. Das Kreisgebiet Dithmarschen ist hier besonders hervorzuheben, liegen doch bisher nur sehr wenige Fälle einer Infektion vor. Dies soll unstrittig so bleiben, nichts desto trotz erlaubt dieser Status-Quo aber die Lockerungen der vorherrschenden Beschränkungen. Dies sollte auch für den Trainingsbetrieb in der Fußballsparte gelten. Folgende Vorgaben werden von allen am Training Beteiligten eingehalten und führen dazu, ein Trainingsbetrieb wieder aufnehmen zu können. Angemerkt sei an dieser Stelle, dass die Teilnahme am Training eine verbesserte Fitness mit sich bringt und daher vor Komplikationen der Corona-Erkrankung schützen kann.

In Anbetracht der Situation möchten wir das Fußballtraining auf dem Platz an der Seekoppel wieder anbieten. Der SHFV hat dazu am 4. Mai einen entsprechenden Erlass verkündet und die Bedingungen genannt. Im Vordergrund steht selbstverständlich die Gesundheit. Wir wissen es juckt in den Füßen und der Wunsch etwas auf dem Platz zu machen ist sehr groß. Vor allem und so geht es uns allen, vermissen wir das Miteinander.

Durch den Beschluss des SHFV meinen viele, dass wir die Coronazeit beendet haben. Es ist leider noch nicht so weit. Wie wir bereits oft betont haben, hat die SSV Hennstedt eine Vorbildfunktion im Tragen von gesellschaftlicher Verantwortung. Diese Verantwortung tragen wir jeden Tag. Wir können nur dann zusammenkommen, wenn wir bestimmte Verhaltensregeln einhalten und vor allem Maßnahmen umsetzen, die uns selbst und andere gleichermaßen schützen.

Damit allen klar ist, wovon wir sprechen, haben wir die Regeln und Maßnahmen hier beschrieben.

Möglichweise kommen weitere Fragen auf. Wir können sicher nicht alles bedacht haben. Sprecht uns bitte an.

Das Training basiert auf Freiwilligkeit. Auch wenn wir die Maßnahmen zum Schutz umsetzen, entscheidet jeder eigenständig, ob sie/er zum Training kommt. Und das wird von allen verstanden und akzeptiert.

Tim Zander, Simon Mortensen und Nico Gründemann
(Trainerstab und Funktionsteam)



§ 1 Gesundheitszustand

- (1) Liegt eines der folgenden Symptome vor, muss die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt kontaktieren: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome.
- (2) Die gleiche Vorgabe gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
- (3) Bei positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt muss die betreffende Person mindestens 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.
- (4) Bei allen am Training Beteiligten sollte vorab der aktuelle Gesundheitszustand erfragt werden.

§ 2 Minimierung der Risiken in allen Bereichen

- (1) Fühlen sich Trainer*in oder Spieler*in aus gesundheitlichen Gründen unsicher in Bezug auf das Training oder eine spezielle Übung, müssen sie auf eine Durchführung verzichten.
- (2) Zu klären ist, ob potenziell Teilnehmende am Training einer Risikogruppe (besonders Ältere und Menschen mit Vorerkrankung) angehören.
- (3) Für Angehörige von Risikogruppen ist nur die Teilnahme am geschützten Individualtraining möglich.

§ 3 Organisatorische Voraussetzungen

- (1) Benennung einer Ansprechperson (Hygienebeauftragte*r) in der Fußballsparte, die als Koordinator*in für sämtliche Anliegen und Anfragen zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs zuständig ist. Als Hygienebeauftragter wird Herr Tim Zander agieren.
- (2) Unterweisung der betroffenen Trainer*innen und verantwortlichen Vereinsmitarbeiter*innen in die Vorgaben zum Trainingsbetrieb und die Maßnahmen des Vereins.

§ 4 Organisatorische Umsetzung

- (1) Grundsätze
 - a) Trainer*innen und Vereinsmitarbeiter*innen informieren die Trainingsgruppen über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften.
 - b) Den Anweisungen der Verantwortlichen (Trainer*innen und Vereinsmitarbeiter*innen) zur Nutzung des Sportgeländes ist Folge zu leisten.
 - c) Eine Platzhälfte soll von maximal einer Trainingsgruppe genutzt werden. Die Trainingszeiten sind so zu organisieren, dass ein Aufeinandertreffen mehrerer Trainingsgruppen bestmöglich vermieden wird.
 - d) Eine rechtzeitige Rückmeldung, ob man am Training teilnehmen kann, ist zu empfehlen, um die Trainingsplanung anhand der DOSB-Leitplanken zu ermöglichen.



- e) Eine gewissenhafte Dokumentation der Trainingsbeteiligung je Trainingseinheit in vorgeschrieben.
 - f) Die Dokumentation der Trainingsbeteiligung wird zentral im Büro des Sportlerheimes hinterlegt.
- (2) Ankunft und Abfahrt
- a) Auf Fahrgemeinschaften bei der An- und Abfahrt ist zu verzichten.
 - b) Ankunft am Sportgelände frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn.
 - c) Alle Teilnehmer*innen kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen.
 - d) Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause.
 - e) Die Anfahrt zum Trainingsbetrieb erfolgt über den üblichen Haupteingang.
 - f) Die Besprechungen von dem Trainingsbetrieb erfolgen vor dem Sportlerheim im entsprechenden Abstand.
 - g) Die Abfahrt vom Trainingsbetrieb erfolgt über den Haupteingang. Insbesondere hier ist verschärft auf die Abstandsregeln zu achten.
- (3) Auf dem Spielfeld
- a) Alle Trainingsformen müssen unter der Voraussetzung der DOSB-Leitplanken, vor allem der Abstandsregeln, durchgeführt werden.
 - b) Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall bei jeder Trainingseinheit in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen.
 - c) Die Größe der Kleingruppen unterliegt den jeweils gültigen Verordnungen des Landes Schleswig-Holstein. Eine pauschale Richtgröße kann nicht vorgegeben werden. Die dynamischen Entwicklungen sind zu beachten und je nach Vorgabe des Landes Schleswig-Holstein gegebenenfalls anzupassen.
 - d) Die aktuell empfohlene Größe der Kleingruppen liegt laut DOSB-Leitplanken bei maximal fünf Personen. Die Gruppengröße ist an den räumlichen Umfang der Sportstätte und den Altersstufen der zu Trainierenden anzupassen. (Stand: 6. Mai)
- (4) Auf dem Sportgelände
- a) Nutzung und Betreten des Sportgeländes ausschließlich, wenn ein eigenes Training geplant ist.
 - b) Zuschauende Begleitpersonen sind beim Training möglichst zu vermeiden.
 - c) Die gemeinsame Nutzung von Umkleiden und Duschen wird vorerst ausgesetzt.
 - d) Der Zugang zu Handwascheinrichtungen mit Seife muss sichergestellt sein.
 - e) Gastronomiebereiche, Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume der Vereine bleiben geschlossen.



(5) Besonderheiten für Kinder- und Jugendtraining

- a) Sofern Unterstützung für die Fußballaktivitäten und/oder Handwascheinrichtungen erforderlich ist, darf ein Elternteil bzw. Erziehungsberechtigter am Sportgelände anwesend sein. Für diese Person gelten ebenfalls die dort herrschenden organisatorischen und hygienischen Maßgaben.
- b) Die Abholung der Kinder erfolgt am Ausgang des Tennisplatzes. (siehe Zeichnung)

§ 5 Hygiene- und Distanzregeln

- (1) Händewaschen (mindestens 30 Sekunden und mit Seife) vor und direkt nach der Trainingseinheit.
- (2) Keine körperlichen Begrüßungsrituale (zum Beispiel Händedruck) durchführen.
- (3) Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt wurde.
- (4) Vermeiden von Spucken und von Naseputzen auf dem Feld.
- (5) Kein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.
- (6) Abstand von mindestens 1,5 bis zwei Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen.

§ 6 Handhabung bei Verstößen

- (1) Verstöße gegen diesen Leitfaden sind dem Hygienebeauftragten umgehend zu melden.
- (2) Der Hygienebeauftragte bestimmt über einen Trainingsausschluss der betreffenden Person. Im Streitfall ist eine Entscheidung durch den ersten Vorsitzenden zu treffen.

§ 7 Gültigkeitsdauer dieses Leitfadens

- (1) Das Fortschreiten der allgemeinen Infektionsrisiken ist permanent neu zu bewerten. Etwaige Vorgaben sind daher dynamisch und können flexibel auf neue gesetzliche Entwicklungen reagieren.
- (2) Dieser Leitfaden tritt zum 01.06.2020 in Kraft und gilt zunächst bis zum 30.06.2020. Sollte kein Bedarf zur Änderung explizit bestehen, verlängert sich dieser Leitfaden automatisch und wiederkehrend um einen weiteren Monat.

Hennstedt, den 27.05.2020


Sebastian Rosinski
(1. Vorsitzender)



Anhang: Die zehn Leitplanken des DOSB

Distanzregeln einhalten

Ein Abstand von mindestens 1,5 - 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.

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.

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.

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 Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll sein.

Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird vorerst ausgesetzt. Die Gastronomiebereiche bleiben, wenn keine anderslautenden Öffnungen in den jeweils Länderverordnungen unter Auflagen ermöglicht werden, geschlossen, ebenso wie die Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume.



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.

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 – mit wenigen Ausnahmen in einigen Bundesländern für kontaktfreie Sportarten - zunächst auch sportliche Wettbewerbe.

Trainingsgruppen verkleinern

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, 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 Quarantäne-Maßnahmen zu belegen. In einigen Bundesländern geben notwendige Quadratmeterflächen pro Sportler eine Orientierung.

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.

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.

In der Version vom 19. Mai 2020