

Wiederaufnahme Trainingsbetrieb TSVM Hockey e.V.



Version 4.0 – 12. Mai 2020

Nachdem von Regierungsseite aus Lockerungen hinsichtlich des Vereinssports mitgeteilt wurden, haben wir ein Stufenkonzept für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs entwickelt.

Der DOSB hat zur sicheren Wiederaufnahme des organisierten Sports einen Leitfaden erstellt.

<https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/>

Dieser gilt sowohl für die konkrete Ausübung der Sportarten, aber auch für das soziale Miteinander im Umfeld des aktiven Sports. Hier setzt der Sport auf die wertvollen Organisationsfähigkeiten und die hohe Eigenverantwortung bei Sportler/innen, Trainer/innen und Verantwortlichen im Verein.



- ✚ Distanzregeln einhalten
- ✚ Körperkontakte auf das Minimum reduzieren
- ✚ Freiluftaktivitäten präferieren
- ✚ Hygieneregeln einhalten
- ✚ Umkleiden und Duschen zu Hause
- ✚ Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen
- ✚ Veranstaltungen wie Mitgliederversammlungen und Feste unterlassen
- ✚ Trainingsgruppen verkleinern
- ✚ Angehörige von Risikogruppen besonders schützen
- ✚ Risiken in allen Bereichen minimieren

Diese Leitplanken verändern maßgeblich den Trainingsbetrieb. Das Einhalten eines Regelwerks und ein hohes Maß an Disziplin sind im Sport eine Grundvoraussetzung und werden dafür sorgen, dass mit Hilfe von Übergangsregeln ein angepasster Training- und Sportbetrieb möglich ist. Unstrittig ist dabei, dass bei der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs viele gewohnte Aktivitäten und Wettkampfformate unterbleiben müssen.

Dies gilt sowohl für die konkrete Ausübung der Sportarten, aber auch für das soziale Miteinander im Umfeld des aktiven Sports.

Der TSVMH kann für einen sportlichen Neustart alle nötigen Vorbereitungen treffen, um einen schnellen Wiedereinstieg zu gewährleisten. Neben den inhaltlichen Anregungen für ein kontaktloses Training geht es auch darum, Rahmenbedingungen zu schaffen welche ein gesundheitliches Risiko auf dem Hockeyplatz minimieren. Gleichzeitig müssen diese Rahmenbedingungen auch den Vorgaben der örtlichen Behörden entsprechen.

Allgemeine Hinweise zum Trainingsstart

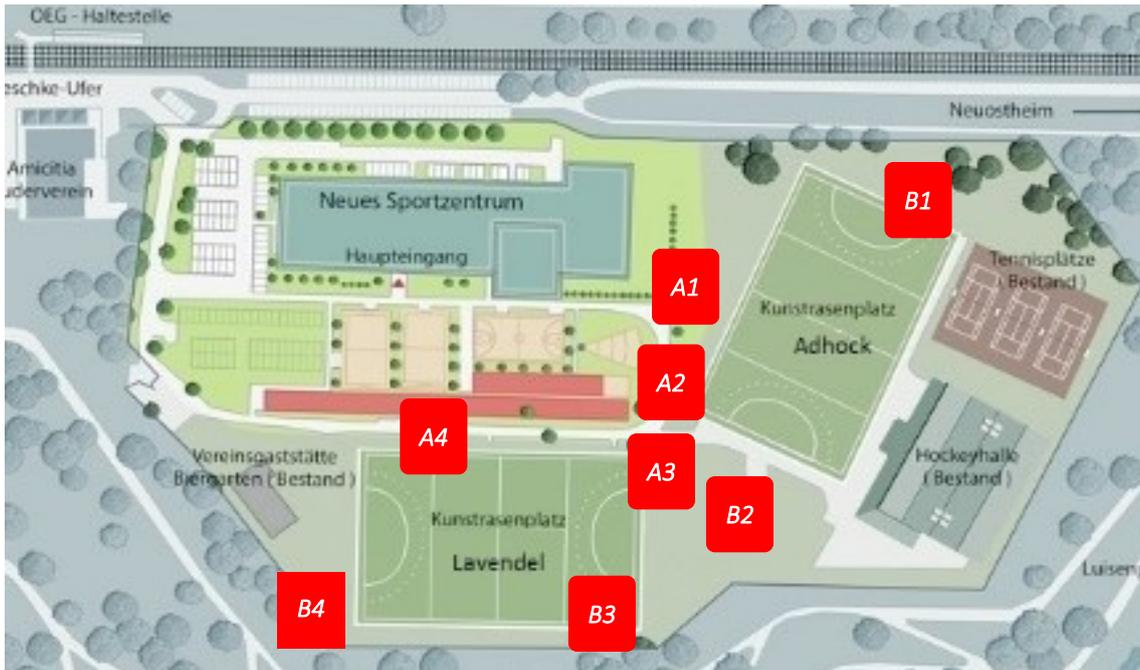
- ✚ Jeder Spieler erhält vor dem Trainingsstart einen Informationsbogen zu den Themen Hygiene, Risiken und den aktuellen Empfehlungen des RKI. Zusätzlich muss der Fragebogen zu Hause ausgefüllt und zum ersten Training unterzeichnet am Anmeldestand abgegeben werden.
- ✚ Sportler, Kinder, Eltern und Trainer/innen erhalten Informationen zum Trainingsablauf vor Ort und per E-Mail, sowie über das eigene interne Kommunikationsmedium.
- ✚ Eine Voranmeldung zum Training bei dem/der zuständigen Trainer/in ist erforderlich.
- ✚ Desinfektionsmittelpender werden im Toilettenbereich und am Anmeldestand aufgestellt.
- ✚ Das Trainingsgelände verfügt über einen jeweils separaten Ein – und Ausgang.
- ✚ Die Anwesenheit wird am An/Abmeldestand kontrolliert und protokolliert, um mögliche Infektionsketten nachvollziehen zu können.
- ✚ Nur SportlerInnen ohne jegliche Symptome können am Training teilnehmen. Sportler mit irgendeiner Art von, auch banalen, Infekten (insbesondere Halsschmerzen, Husten, Magen-Darm-Infekte) werden vom Training bis zum Beweis der Nichtinfektion ausgeschlossen.
- ✚ Im Verdachtsfall bzw. einer Ansteckung eines Gruppenmitglieds an dem Coronavirus muss der Trainingsbetrieb unverzüglich eingestellt und eine etwaige Weiterführung mit den örtlichen Gesundheitsämtern oder hausärztliche Praxen abgestimmt werden. Bis eine Infektion ausgeschlossen bzw. bestätigt wird, sollte der Trainingsbetrieb der Kleingruppe nicht fortgesetzt werden.
- ✚ Weitere Empfehlungen für gesundheitlich risikofreie Rahmenbedingungen einer Wiederaufnahme des Trainings folgen nach den Trainingsempfehlungen.

Zugang/Anmeldung Trainingsgelände



Alle Sportler betreten das Sportgelände über den Eingang Tennis. Alle Sportler werden am Anmeldestand für das Training aufgenommen. Während der Anmeldung bekommen Sie Ihren Aufenthaltsbereich sowie Trainingsplatz zugewiesen. Alle Sportler müssen sich am Anmeldestand abmelden. Alle Sportler verlassen das Sportgelände über Hauptausgang (Parkplatz). Eine Person wird ausschließlich für die Einhaltung und Überwachung der Regeln eingesetzt.

Umkleidebereiche/Taschen:



Nach der Anmeldung können die Sportler Ihre Taschen in den vorgesehenen Bereichen ablegen und sich trainingsfertig umziehen. Diese Bereiche sind sichtbar markiert. Die Bereiche sind eindeutig in Trainingsbereiche sowie Trainingszeiten zugeordnet, damit sich die unterschiedlichen Trainingsgruppen so wenig wie möglich begegnen.

Regeln zum Unterschreiben:

- ✚ Um Sportstätten wieder für Sportangebote zu öffnen, müssen die Sportlerinnen und Sportler vorab über die Infektionssymptome von COVID 19 informiert sein. Je nach Alter schließt das auch ihre Erziehungsberechtigten ein. Bei Auftreten dieser Symptome kann keine Teilnahme an einem Sportangebot erfolgen. Außerdem ist bei Auftreten das verantwortliche Trainingspersonal telefonisch und/oder per E-Mail zu informieren.
- ✚ Jeder Trainingsteilnehmer nimmt 60 min vor dem Training zu Hause eine Fiebermessung vor. Wenn der Wert über 37,2 Grad ist, darf nicht am Training teilgenommen werden. Die Absage erfolgt an den nominierten Haupttrainer.
- ✚ Vor den Sportangeboten findet eine Aufklärung über die grundsätzlichen Hygiene- und Abstandsregeln statt. Dazu gehört die Desinfektion der Hände, Husten- und Niesetikette sowie der erforderliche Mindestabstand. Desinfektion ersetzt das Händewaschen nicht, daher ist vor und nach dem Training zu Hause das Händewaschen unabdingbar. Das Anfassen von eigenem Mund/Nasenbereich sollte unbedingt unterbleiben.
- ✚ Umkleidekabinen und Duschen bleiben geschlossen.
- ✚ Zum Sportangebot sind eigene Getränke mitzubringen. Auch eigene Handtücher sollten mitgebracht werden zum Abtrocknen des Körpers nach der Belastung.
- ✚ Zugang zur Sportstätte erhalten nur Sportlerinnen und Sportler, Trainerinnen und Trainer beziehungsweise das dringend erforderliche Funktionspersonal.
- ✚ Die Aufenthaltsdauer der Sportstätten vor und nach dem Training sollte so kurz wie möglich ausfallen. Das Verlassen der Sportstätte sollte mit Abstand erfolgen.
- ✚ **Bei Nichteinhaltung wird man sofort vom Training ausgeschlossen, der/die Spielerin muss das Gelände verlassen, gegebenenfalls von den Eltern abgeholt werden.**

Anwesenheitsliste

Name	Vorname	Ankunft	Temp	FB	Mannschaft	Platz	Feld	Ende	Bemerkung	Unterschrift
Vorname	Nachname	15:00	37	N	Knaben A	La	L1	17:00	WC 16:30	

Personal

Name	Vorname	Ankunft	Temperatur	FB	Ende	Bemerkung	Unterschrift
Vorname	Nachname	15:00	37	N	17:00	WC 16:30	

Dokumentation Reinigung Toiletten

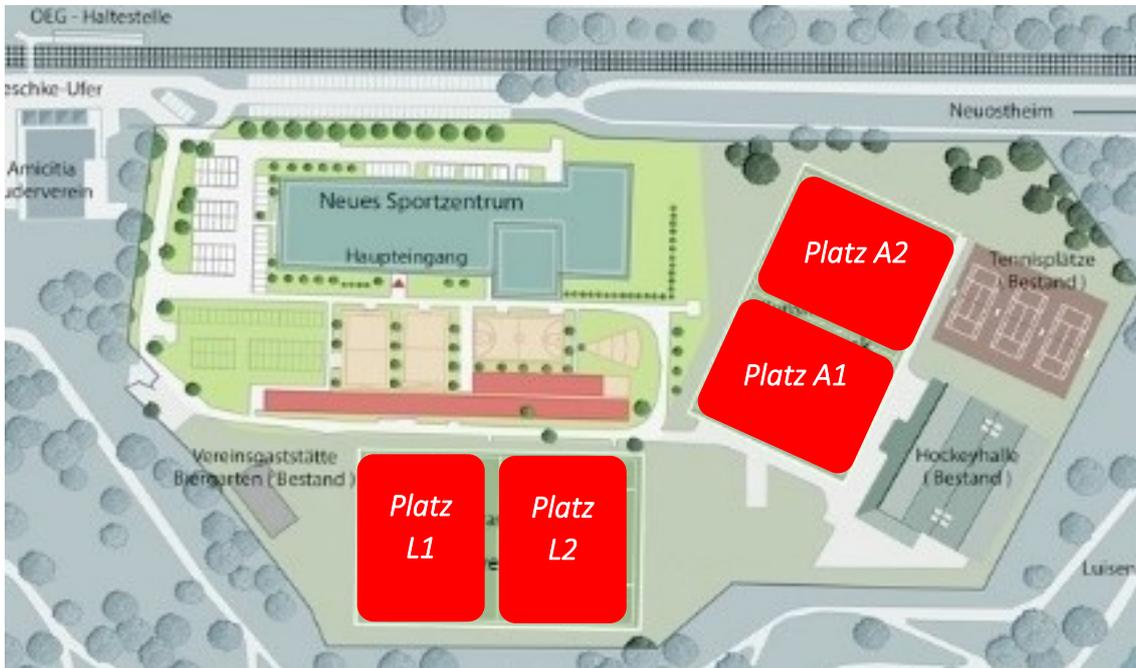
Tag	Uhrzeit	Name	Herren	Damen	Personal	Bemerkung
Montag	15:00	Salia	X	X	X	
Montag	17:00	Salia	X	X	X	
Montag	19:00	Salia	X	X	X	

Schrittweiser Wiedereinstieg in den Trainingsbetrieb

- ↘ Kleingruppenttraining auf großer Fläche der U16/U14/U12 und Erwachsenenmannschaften ohne Körperkontakt
- ↘ Kleingruppenttraining aller Jugend- und Erwachsenenmannschaften ohne Körperkontakt
- ↘ Kleingruppenttraining aller Jugend- und Erwachsenenmannschaften mit Körperkontakt
- ↘ Mannschaftstraining

Für das Training ohne Körperkontakt ist ein stufenweiser Ablauf vorgesehen. Pro Hockeyplatz sind 10 Sportler/Platz geplant. Die Anzahl der Kleingruppen wird anschließend schrittweise erhöht. Die Anzahl der Sportler/Platz liegt bei max. 20. Das Training startet mit den Erwachsenen bis U12. Danach erfolgt stufenweise die Einbindung der jüngeren Jahrgänge U10, U8 und U6. Jede Veränderung erfolgt immer eine Testphase am Donnerstag & Freitag um ggf. Korrekturen über das Wochenende vorzunehmen.

Kleingruppentraining auf großer Fläche der U16/U14/U12/E ohne Körperkontakt



- ✚ Technik- & Taktiktraining in Kleingruppen ohne Körperkontakt und Zweikämpfe.
- ✚ Trainingsstart sowie Gruppengrößenbestimmung nach örtlichen Richtlinien. 4 Spieler + 1 Torwart.
- ✚ Einhaltung der Abstandsregelungen zwischen Spieler/innen einerseits sowie Spieler/innen und Trainer/innen andererseits (mind. 2 Meter) – besonders zu beachten bei Erklärungen am Taktikboard (auf dem Kunstrasen werden hierfür Markierungen angebracht).
- ✚ Kontaktfreie Hockeyübungen: Training ohne Zweikämpfe, Körperkontakt, Abklatschen etc.
- ✚ Gruppenzusammenstellung beibehalten & dokumentieren.
- ✚ Duschen und Umziehen muss zu Hause erfolgen.
- ✚ Ausreichend Zeit einplanen für den Trainingsgruppenwechsel (Aufeinandertreffen der Gruppen vermeiden).
- ✚ Einhaltung der aktuellen Desinfektions- & Hygieneregeln
- ✚ Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden.

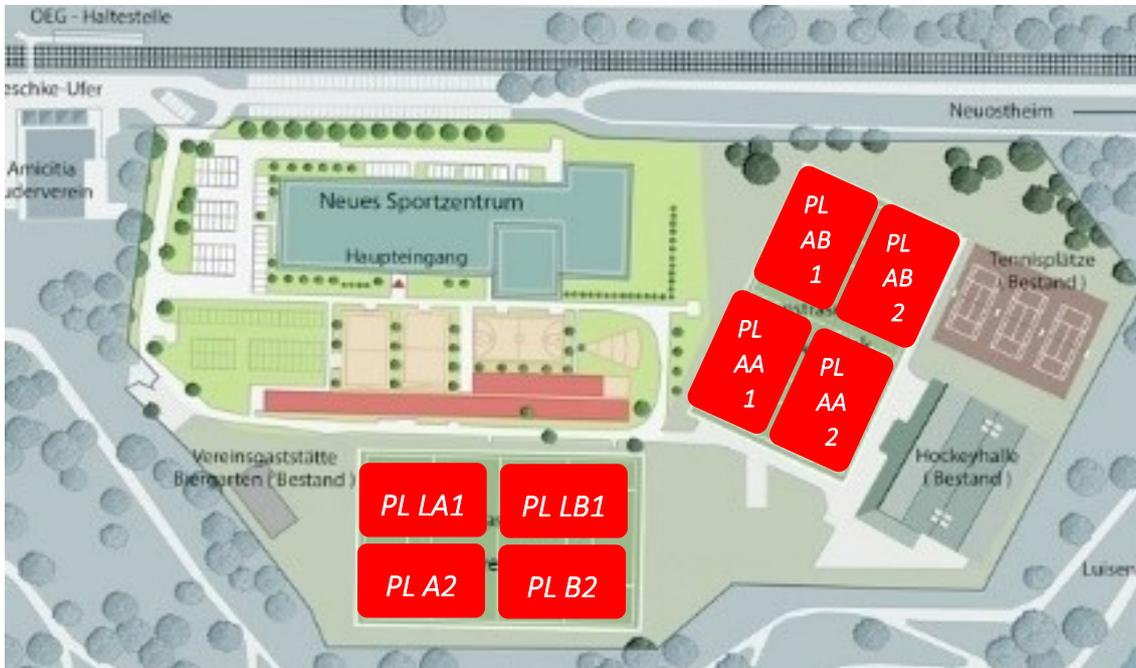
Lavendel	Montag		Dienstag		Mittwoch	
Uhrzeit	Platz L1	Platz L2	Platz L1	Platz L2	Platz L1	Platz L2
14:30 - 15:45						
16:00 - 17:15	Knaben A U14	Knaben A U14	Mädchen B U12	Mädchen B U12	wJB U16	wJB U16
17:30 - 18:45	Knaben A U14	Knaben A U14	Mädchen B U12	Mädchen B U12	wJB U16	wJB U16
19:00 - 20:15	2. Herren	2. Herren	1. Herren	1. Herren	2. Damen	2. Damen
20:30 - 21:45	2. Herren	2. Herren	1. Herren	1. Herren	2. Damen	2. Damen

Adhock	Montag		Dienstag		Mittwoch	
Uhrzeit	Platz A1	Platz A2	Platz A1	Platz A2	Platz A1	Platz A2
15:00 - 16:15	mjB U16	mjB U16	Knaben B U12	Knaben B U12	Mädchen A U14	Mädchen A U14
16:30 - 17:45	mjB U16	mjB U16	Knaben B U12	Knaben B U12	Mädchen A U14	Mädchen A U14
18:00 - 19:15	2. Damen	2. Damen	1. Damen	1. Damen	2. Herren	2. Herren
19:30 - 29:45	2. Damen	2. Damen	1. Damen	1. Damen	2. Herren	2. Herren

Lavendel	Donnerstag		Freitag	
Uhrzeit	Platz L1	Platz L2	Platz L1	Platz L2
14:30 - 15:45			Knaben B U12	Knaben B U12
16:00 - 17:15	Mädchen A U14	Mädchen A U14	Knaben B U12	Knaben B U12
17:30 - 18:45	Mädchen A U14	Mädchen A U14	mjB U16	mjB U16
19:00 - 20:15	1. Damen	1. Damen	mjB U16	mjB U16
20:30 - 21:45	1. Damen	1. Damen		

Adhock	Donnerstag		Freitag	
Uhrzeit	Platz A1	Platz A2	Platz A1	Platz A2
15:00 - 16:15	Knaben A U14	Knaben A U14	Mädchen B U12	Mädchen B U12
16:30 - 17:45	Knaben A U14	Knaben A U14	Mädchen B U12	Mädchen B U12
18:00 - 19:15	1. Herren	1. Herren	wJB U16	wJB U16
19:30 - 29:45	1. Herren	1. Herren	wJB U16	wJB U16

Kleingruppentraining aller Jugend- und Erwachsenenmannschaften ohne Körperkontakt



- ✚ Technik- & Taktiktraining in Kleingruppen ohne Körperkontakt und Zweikämpfe.
- ✚ Trainingsstart sowie Gruppengrößenbestimmung nach örtlichen Richtlinien. 4 Spieler + 1 Torwart.
- ✚ Einhaltung der Abstandsregelungen zwischen Spieler/innen einerseits sowie Spieler/innen und Trainer/innen andererseits (mind. 2 Meter) – besonders zu beachten bei Erklärungen am Taktikboard (auf dem Kunstrasen werden hierfür Markierungen angebracht).
- ✚ Kontaktfreie Hockeyübungen: Training ohne Zweikämpfe, Körperkontakt, Abklatschen etc.
- ✚ Gruppenzusammenstellung beibehalten & dokumentieren.
- ✚ Duschen und Umziehen muss zu Hause erfolgen.
- ✚ Ausreichend Zeit einplanen für den Trainingsgruppenwechsel (Aufeinandertreffen der Gruppen vermeiden).
- ✚ Einhaltung der aktuellen Desinfektions- & Hygieneregeln
- ✚ Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden.

Lavendel	Montag		Dienstag		Mittwoch	
Uhrzeit	Platz LA1&LA2	Platz LB1/LB2	Platz LA1&LA2	Platz LB1/LB2	Platz LA1&LA2	Platz LB1/LB2
14:30 - 15:45						
16:00 - 17:15	MC U10	MC U10	KC U10	KC U10	KD U8	KD U8
17:30 - 18:45	Knaben A U14	Knaben A U14	Mädchen B U12	Mädchen B U12	wJB U16	wJB U16
19:00 - 20:15	2. Herren	2. Herren	1. Herren	1. Herren	2. Damen	2. Damen
20:30 - 21:45	2. Herren	2. Herren	1. Herren	1. Herren	2. Damen	2. Damen

Adhock	Montag		Dienstag		Mittwoch	
Uhrzeit	Platz AA1 &AA2	Platz AB1 & AB2	Platz AA1 &AA2	Platz AB1 & AB2	Platz AA1 &AA2	Platz AB1 & AB2
15:00 - 16:15	MD U8	MD U8	Minis	Knaben B U12	KE/ME	Mädchen A U14
16:30 - 17:45	mjB U16	mjB U16	Knaben B U12	Knaben B U12	Mädchen A U14	Mädchen A U14
18:00 - 19:15	2. Damen	2. Damen	1. Damen	1. Damen	2. Herren	2. Herren
19:30 - 29:45	2. Damen	2. Damen	1. Damen	1. Damen	2. Herren	2. Herren

Lavendel	Donnerstag		Freitag	
Uhrzeit	Platz LA1&LA2	Platz LB1/LB2	Platz LA1&LA2	Platz LB1/LB2
14:30 - 15:45			KC U10	KC U10
16:00 - 17:15	MC U10	MC U10	Knaben B U12	Knaben B U12
17:30 - 18:45	Mädchen A U14	Mädchen A U14	mjB U16	mjB U16
19:00 - 20:15	1. Damen	1. Damen	mjB U16	mjB U16
20:30 - 21:45	1. Damen	1. Damen		

Adhock	Donnerstag		Freitag	
Uhrzeit	Platz AA1 &AA2	Platz AB1 & AB2	Platz AA1 &AA2	Platz AB1 & AB2
15:00 - 16:15	MD U8	MD U8	KD U8	KD U8
16:30 - 17:45	Knaben A U14	Knaben A U14	Mädchen B U12	Mädchen B U12
18:00 - 19:15	1. Herren	1. Herren	wJB U16	wJB U16
19:30 - 29:45	1. Herren	1. Herren	wJB U16	wJB U16

Kleingruppentraining aller Jugend- und Erwachsenenmannschaften mit Körperkontakt

- ✚ Hockeyspezifisches Technik- & Taktiktraining in Kleingruppen mit Körperkontakt in Zweikämpfen.
- ✚ Trainingsstart sowie Gruppengrößenbestimmung nach örtlichen Richtlinien beachten.
- ✚ Einhaltung der Abstandsregelungen zwischen Spieler/innen einerseits sowie Spieler/innen und Trainer/innen andererseits (mind. 2 Meter) – besonders zu beachten bei Erklärungen am Taktikboard (auf dem Kunstrasen werden hierfür Markierungen angebracht).
- ✚ Gruppenzusammenstellung beibehalten und dokumentieren.
- ✚ Einhaltung der aktuellen Desinfektions- und Hygieneregeln.
- ✚ Duschen und Umziehen muss zu Hause erfolgen.
- ✚ Ausreichend Zeit einplanen für den Trainingsgruppenwechsel (Aufeinandertreffen der Gruppen vermeiden).
- ✚ Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden.

Mannschaftstraining

- ✚ Hockeyspezifisches Technik-, sowie Taktiktraining in voller Mannschaftsgröße durch schrittweises Zusammensetzen der Kleingruppen.
- ✚ Trainingsstart sowie Gruppengrößenbestimmung nach örtlichen Richtlinien beachten.
- ✚ Einhaltung der Abstandsregelungen zwischen Spieler/innen einerseits sowie Spieler/innen und Trainer/innen andererseits (mind. 2 Meter) – besonders zu beachten bei Erklärungen am Taktikboard (auf dem Kunstrasen werden hierfür Markierungen angebracht).
- ✚ Mannschaftszusammenstellung beibehalten und dokumentieren.
- ✚ Duschen und Umziehen muss zu Hause erfolgen.
- ✚ Ausreichend Zeit einplanen für den Trainingsgruppenwechsel (Aufeinandertreffen der Gruppen vermeiden).
- ✚ Einhaltung der aktuellen Desinfektions- und Hygieneregeln.

Zusammenfassung

- ✚ Voranmeldung zum Training. Anmeldung am Anmeldestand bei Betreten der Sportstätte.
- ✚ Eine Person wird ausschließlich für die Einhaltung und Überwachung der Regeln eingesetzt.
- ✚ Sportler, Kinder, Erziehungsberechtigte und Trainer/innen erhalten eine Einweisung per Mail sowie über das eigene interne Kommunikationsmedium. Dazu gehören auch Lagepläne und eine unmissverständliche Beschilderung vor Ort.
- ✚ Die Regeln und Maßnahmen werden den Erziehungsberechtigten zur Unterschrift vorgelegt.
- ✚ Ein Verstoß gegen diese im Vorfeld mitgeteilten Regeln zieht einen Trainingsausschluss nach sich.
- ✚ Alle Spieler/innen sollen 60 Minuten vor dem Training zu Hause ihre Körpertemperatur messen. Sollte diese 37,2 Grad überschreiten ist eine Teilnahme am Training untersagt. Eine Absage erfolgt telefonisch bei dem/der hauptverantwortlichen Trainer/in.
- ✚ Nur SportlerInnen ohne jegliche Symptome können am Training teilnehmen. Sportler mit irgendeiner Art von, auch banalen, Infekten (insbesondere Halsschmerzen, Husten, Magen-Darm-Infekte) werden vom Training bis zum Beweis der Nichtinfektion ausgeschlossen.
- ✚ Spieler/innen mit chronischen Atemwegsvorerkrankungen (Asthma etc.) nehmen am Training auf eigene Verantwortung/nur mit Attest teil.
- ✚ Desinfektionsmittelpender werden im Toilettenbereich und am Anmeldestand aufgestellt. Desinfektion ersetzt das Händewaschen nicht, daher ist vor und nach dem Training zu Hause das Händewaschen unabdingbar. Das Anfassen von eigenem Mund/Nasenbereich sollte unbedingt unterbleiben.
- ✚ Sportmaterialien (Bälle, Stangen und Markierungshütchen) werden regelmäßig desinfiziert.
- ✚ Es werden bereits im Vorfeld Trainingsgruppen eingeteilt.
- ✚ Es gibt einen jeweils separaten Ein – und Ausgang zur Sportanlage. Kinder werden von den Eltern in einem im Vorfeld bestimmten Bereich (Parkplatzende Richtung Tennis) zum Training gebracht und wieder abgeholt (Hauptparkplatz).
- ✚ Die Anwesenheit wird am Anmeldestand kontrolliert und protokolliert, um mögliche Infektionsketten nachvollziehen zu können.
- ✚ Das Trainingsgelände verfügt über einen jeweils separaten Ein – und Ausgang.
- ✚ Duschen und Umkleidekabinen bleiben geschlossen.
- ✚ Toiletten sind geöffnet. Die Nutzung der Toilette wird durch die Anmeldung überwacht. In den Toiletten sind Hinweise für gründliches Händewaschen angebracht. Ausreichend Hygienemittel wie Seife und Einmalhandtücher stehen zu Verfügung. Die Reinigungsintervalle werden schriftlich dokumentiert.
- ✚ Es werden Ablage/Umkleidebereiche für die Trainingsgruppen eingerichtet. Es werden Markierungen zur Abstandswahrung angebracht. Hier ist auf Pünktlichkeit zu achten.
- ✚ Aus dem Ablage/Umkleidebereiche wird jedem/r Spieler/in ein Bereich auf dem Spielfeld zugewiesen.
- ✚ Ein Verlassen des Spielfeldes ist nur in Absprache mit dem/der Trainer/in möglich.
- ✚ Jedes Spielfeld ist ausgerüstet mit entsprechendem Trainingsmaterial für jede/n Spieler/in. Materialien werden nicht von Spielfeld zu Spielfeld weitergegeben und nicht mit der bloßen Hand berührt. Jede/r Spieler/in bleibt in seinem Bereich bis zum Ende des Trainings.
- ✚ Die Trainingsinhalte ohne Körperkontakt sind begrenzt auf kontaktlose Inhalte, wie z.B. Athletiktraining, Techniktraining und Torschusstraining mit einem/einer Trainingspartner/in unter Einhaltung der Abstandsregelungen.
- ✚ Nach dem Training verlassen die Spieler/innen einzeln und nach Aufforderung durch den/die Trainer/in den Platz und melden sich am Anmeldestand ab und verlassen unverzüglich das Platzgelände.