



Checkliste Trainer¹

Liebe Trainer,

anbei eine kleine Checkliste mit den wichtigsten Maßnahmen zum Abhaken für euer Training.

ABER: Bitte lest die vollständigen Hinweise und Regelungen, die im Anhang angefügt sind, durch und haltet euch an die Maßnahmen, damit ein sicherer Trainingsbetrieb statt finden kann!

Regeln und Maßnahmen, die einzuhalten sind:

Regel Maßnahme	Eigene Notiz
Vor dem Training	
Jeder am Training Teilnehmende muss die Checkliste vor dem ersten Training erhalten, gelesen und verstanden haben. Eine Unterweisung über die Verhaltens- und Hygieneregeln muss nochmals im ersten Training durch den Trainer/in vorgenommen werden.	
Eine Teilnehmerliste (z. B. im Anhang) ist zu führen. Feste Trainingsgruppen sind einzuteilen, die über die gesamten nächsten Wochen möglichst gleich bleiben. Änderungen müssen in der Teilnehmerliste vermerkt werden. Die Liste muss vier Wochen aufbewahrt und dann vernichtet werden.	

¹ Quellen. nach <https://www.dhb.de/de/services/return-to-play/infos/>
<https://www.hvw-online.org/aktuell/detail/news/return-to-play-handlungsempfehlungen-fuer-die-vereine-zur-wiederaufnahme-des-trainingsbetriebs>

<p>Jeder am Training Teilnehmende (auch Trainier) muss folgende Voraussetzungen erfüllen und dies bei der Anmeldung sowie vor Beginn der Sporteinheit bestätigen (z. B. mit einer Unterschrift (möglichst eigener Stift) auf der Teilnehmerliste):</p> <ul style="list-style-type: none"> – Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome. – Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person. – Vor und nach der Sporteinheit müssen Mund-Nasenschutz-Masken getragen werden. – Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) sind verstanden und werden eingehalten. 	
<p>Trainer*innen, Übungsleiter*innen und Teilnehmende reisen individuell und bereits in Sportbekleidung zur Sporteinheit an. Auf Fahrgemeinschaften wird verzichtet.</p>	
<p>Training am besten draußen, mit mindestens 40 m² pro Person bzw. 5 Spieler/innen pro großem Hallendrittel, maximal aber 10 Personen (also 9 Spieler/innen plus Trainer/in). Wurfübungen können mit Torhüter*Innen absolviert werden.</p>	
<p>Alle Teilnehmenden bringen ihre eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt (z.B. Kennzeichnung durch Reifen an Boden oder Hütchen). Gleiches gilt für eigene Bälle oder Sportgeräte.</p>	
<p>Trainer*innen und Übungsleiter*innen reinigen und desinfizieren sämtliche bereitgestellten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen). Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt.</p>	
<p>Die ausgeschilderten Ein- und Ausgänge werden auch nur als solche genutzt.</p>	
<p>Nach Betreten der Halle/Sportanlage durch den Eingang werden die Hände mit Desinfektionsmittel desinfiziert.</p>	

Während des Trainings

Die **Mund-Nasenschutz-Masken** können während der Sporeinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss die Mund-Nasenschutz-Maske jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein.

Gästen und Zuschauer*innen ist der Zutritt zur Sportstätte **nicht gestattet**. Im Zusammenhang mit Kindern unter 12 Jahren kann eine Begleitung durch eine Person legitimiert werden.

Trainer*innen und Übungsleiter*innen gewährleisten, dass der **Mindestabstand** von **2 Metern** während der **gesamten Sporeinheit** eingehalten wird. Bei Einheiten mit **hoher Bewegungsaktivität** sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: **4-5 Meter** nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung). Dies gilt auch für Hilfestellungen vom Trainer/in etc.

Bei **Verletzungen** und **Erste Hilfe** muss der **Mund-Nasen-Schutz** wieder angelegt werden.

Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. **Trillerpfeifen** werden **nicht** genutzt.

Das Tragen von **Schweißbändern** zur Absorption von Schweiß von den Handflächen/der Stirn wird empfohlen.

Ausschließlich die **gekennzeichneten Toiletten** werden genutzt, auch hier werden die Abstands- und Hygienemaßnahmen beachtet.

Nach dem Training

Trainer*innen und Übungsleiter*innen **reinigen** und **desinfizieren** sämtliche genutzten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen). Eine **Lüftung** der Sportanlage erfolgt.

Duschen und **Umziehen** erfolgen ausschließlich **zu Hause**.

Alle Teilnehmenden verlassen die **Sportanlage unmittelbar** nach **Ende** der Sporeinheit unter **Einhaltung** der **Abstandsregeln**. Nach **Beendigung** des Angebotes muss der **Mund-Nasen-Schutz** wieder angelegt werden.



Handballabteilung

Für die Einhaltung des Hygienekonzepts sind die Übungsleiter/innen und Teilnehmer/innen verantwortlich. Für die Gesamtkoordinierung des Hygienekonzepts ist der Hygienebeauftragte Felix Hirsmüller verantwortlich. Dieser wird auch stichprobenartig die Einhaltung des Hygiene- und Raumkonzepts kontrollieren.

Nochmals die Bitte: Lest die ausführlichen Maßnahmenkataloge durch. Die Checkliste ist nur eine Kurzform und dient als Gedächtnisstütze.

Folgende Dateien erhaltet ihr im Anhang:

Elternbrief mit Rücklaufbogen

Teilnehmerliste (10 Personen (9 Spieler/innen+Trainer/in)

Checkliste DHB für Trainer

Handlungsempfehlung HVW

Wenn ihr Fragen oder Anregungen habt, bitte meldet euch umgehend bei uns.

Viel Spaß und Erfolg beim Trainingswiederbeginn!



Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich die Regeln gelesen und verstanden habe, ihnen unterwiesen wurde, und die bei mir im Training teilnehmenden Personen unterweise und zur Einhaltung anhalte. Außerdem haben alle am Training teilnehmen Personen vor Beginn der ersten Trainingseinheit die Verhaltens- und Hygieneregeln von mir erhalten und unterschrieben.

Datum

Unterschrift