

## Hygienemaßnahmen im Trainingsbetrieb

Bis auf weiteres gelten für Sportlerinnen und Sportler folgende Regeln für den Trainingsbetrieb:

### Zwischen den Trainingseinheiten:

- Es wird zwischen Trainingsende und Trainingsbeginn von zwei Trainingsgruppen eine Wechsellpause eingehalten.

### Übungsleitende:

- Die Übungsleitenden regeln die Zu- und Abgänge.
- Die Übungsleitenden führen eine Anwesenheitsliste mit Kontakten der Sportler\*innen (Handynummer/E-Mail-Adresse).
- Die Übungsleitenden kontrollieren den erforderlichen Negativnachweis nach § 3 CoSchuV. Hier kann eine Erleichterung für Geimpfte erfolgen.
- Die Übungsleitenden sind für die Durchlüftung zuständig.

### Teilnehmende:

#### Vor der Trainingseinheit:

- Die Trainingsanlagen dürfen nur mit einem Übungsleitenden betreten werden.
- Beim Warten vor der Trainingsanlage keine Grüppchenbildung.
- Vor dem Betreten der Trainingsanlage bitte die Hände desinfizieren/waschen.
- Vor und während des Betretens der Trainingsanlage, in den Gängen der Sporthalle und beim Zutritt zu Umkleidekabinen muss ein medizinischer Mund-Nasenschutz getragen werden.
- Alle Trainingsteilnehmenden erscheinen - soweit es geht - umgezogen zum Training.
- In der Halle: Die Benutzung der Sammelumkleiden und Duschräume ist je nach Vorgaben der Behörden gestattet oder nicht. Die vorgegebenen max. Anzahl an Personen ist einzuhalten. Die Aufenthaltsdauer wird auf ein Minimum reduziert. Eine Schließung ist jederzeit möglich.

#### Während der Trainingseinheit:

- Das Training findet ohne Zuschauende statt.
- In der Halle erfolgt eine regelmäßige Durchlüftung durch die Kippfenster bzw. den oberen Eingang.
- Nicht notwendiger Körperkontakt ist zu vermeiden: z.B. Begrüßung/Verabschiedung, Abklatschen nach Spielzügen. (Je nach Stufe ist sportartspezifischer Körperkontakt erlaubt).
- Gründliches Händewaschen/Desinfizieren vor allen Trinkpausen (Handdesinfektion wird gestellt). Die Abstandsregel muss auch während den Trinkpausen eingehalten werden.
- Die Nutzung des Krafraums in der KAS ist möglich, allerdings unter strenger Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln und Belüftung. Die vorgegebenen max. Anzahl an Personen ist einzuhalten (Vorgabe Kreis).
  - Handtuch als Unterlage benutzen.
  - Geräte nach Benutzung desinfizieren.

#### Nach den Trainingseinheiten:

- Nach dem Training werden die Hände desinfiziert/gewaschen.

- Nach dem Training werden die Trainingsgeräte (Bälle) bei Bedarf desinfiziert.
- In der Halle erfolgt ein bestmögliches Durchlüften (ggf. Vorhänge hoch).
- In der Halle werden die vorgegebenen Abgänge zu den Sammelkabinen benutzt (damit entsteht kein Kontakt mit darauffolgenden Gruppen).
- Beim Umziehen und Duschen bitte die Abstandsregel einhalten und anschließend die Sportanlage durch die vorgegebenen Abgänge zügig verlassen.
- Mannschaftssitzungen und weitere Zusammenkünfte sind je nach Vorgaben der Behörden gestattet oder nicht (vgl. aktuelle Einschränkungen für Zusammenkünfte).