

# Grundregeln zum Infektionsschutz der SG Düsseldorf Unterrath Handball für das Training ab 15.6.2020

Nach wie vor findet das Training unter schwierigen Rahmenbedingungen zum Infektionsschutz statt. Hallennutzung ist nur unter strengen Einschränkungen möglich. Allen Beteiligten ist bewusst, dass ein leistungsorientiertes Training so nur schwierig möglich ist. Alle Trainer/innen übernehmen an erster Stelle Verantwortung für die Gesundheit aller Beteiligten.

## Vor dem Training

1. Alle Spieler/innen sind daran zu erinnern, dass bei der Anreise zum Training sowohl im öffentlichen Personennahverkehr als auch bei Fahrgemeinschaften ein Mund-Nasenschutz zu tragen ist. Das gilt auch auf allen Wegen zum Spielfeld, bei denen ein Mindestabstand von 1,5m nicht eingehalten werden kann. Bei Erkältungssymptomen, Fieber und/oder Erschöpfung sowie Kontakt zu Corona-Verdachtsfällen oder eigenem Verdacht ist eine Anreise nicht erlaubt!
2. An einer Trainingseinheit dürfen **in einer Halle maximal 10 Personen (inkl. Trainer, Betreuer, Zuschauer)** teilnehmen. Auf den **Außenfeldern ist die Anzahl der Teilnehmer/innen auf 30 beschränkt**.
3. Zuschauer sind nicht gestattet, Kinder unter 12 Jahren dürfen begleitet werden. Zuschauer haben die Abstandsregeln einzuhalten.
4. Sämtliche Trainingsgeräte werden hygienisch gereinigt.

## Von den Spieler/innen vorzubereiten/mitzubringen

1. Die Spieler/innen reisen bereits in Sportkleidung (und mit Mundschutz) an. Es gibt keine Möglichkeit, die Umkleidebereiche zu nutzen.
2. Die Spieler/innen bringen jeweils einen eigenen, aufgepumpten Handball, eine Trinkflasche, ihr Theraband und ein Handtuch mit. Nach Möglichkeit mit Namen markiert.

## Von den Trainer/innen vorzubereiten/mitzubringen

Zur verpflichtenden, individuellen Grundausstattung jedes Trainer gehört u.a.

- Handdesinfektionsmittel (bitte auch auf dem Spielfeld mitführen)
- Markierungsteller (zur Abgrenzung von Bewegungsräumen)
- eigenen Kugelschreiber/Papier oder Handy/Tablet zur Teilnahmedokumentation
- Mundschutz
- Edding, oder vergleichbarer Stift
- ggf. Einmalhandschuhe

## Während des Trainings

1. Es dürfen nur gesunde Spieler/innen und Trainer/innen am Training teilnehmen. Sämtliche Verdachtsfälle einer Coronavirus-Infektion sowie positive Testergebnisse sind sofort und unverzüglich an die Email-Adresse [vorstand@sgu-handball.de](mailto:vorstand@sgu-handball.de) zu melden.
2. Jede Trainingseinheit ist von 2 Trainer/innen oder Betreuern/innen zu leiten, von denen mindestens eine/r an einer Hygieneschulung der Handballabteilung teilgenommen hat. Zwei Trainer sind nötig, um die Einhaltung des Wegekonzeptes zu gewährleisten und - im Bedarfsfall - die Nutzung von Toiletten zu ermöglichen.
3. Bei Betreten des Spielfeldes werden die Hände gründlich desinfiziert und der Mundschutz anschließend abgelegt.
4. Zu jeder Trainingseinheit sind Teilnahmelisten zu führen. Nach Möglichkeit über liste.team. Wenn eine Papierliste geführt wird, müssen nach Ausfüllen der Liste die Hände desinfiziert werden.
5. Die Trainer sollen zu jeder Zeit zu gewährleisten, dass die Spieler/innen einen Mindestabstand von 1,5m einhalten.
6. Übungen, bei denen Kontakt zum Ball eines anderen Spielers erfolgt, sind zulässig, wenn sowohl die Hände als auch die Bälle unmittelbar vorher desinfiziert worden sind und auch anschließend gründlich desinfiziert werden.
7. Übungen zu defensivem Abwehrverhalten sind zulässig, d.h. Übungen zu Spielzügen und Abläufen gegen eine nicht-aggressive Deckung. Die Begleitung des Angreifers und das Zustellen von Räumen ist zulässig.
8. Direkter Körperkontakt und Zweikampftraining sind unter keinen Umständen erlaubt.
9. Da die Anweisungen des Trainers in der Regel durch ihre hohe Lautstärke ein erhöhtes Infektionsrisiko bedeuten, hat der Trainer jederzeit erhöhten Abstand zu den Spieler/innen zu halten. Die Benutzung von Pfeifen ist untersagt.
10. Wenn der Sicherheitsabstand nicht eingehalten werden kann (z.B. bei der Betreuung von Verletzungen), ist von allen unmittelbar Beteiligten ein Mundschutz zu tragen.

---

## Sonderregelungen zur Nutzung der Halle am Franz-Rennefeld-Weg und analog für die übrigen Hallen

1. Zu keinem Zeitpunkt dürfen sich mehr als 10 Personen gleichzeitig in der Halle aufhalten!
2. Zu Beginn der Trainingseinheit ist maximale Belüftung herzustellen: Lüftung auf A (=automatik, extra stark eingestellt), Dachgauben öffnen (wenn trocken), alle Türen gem. Beschilderung öffnen:  
[Belüftung1\\_th.jpg](#) [Belüftung2\\_th.jpg](#)
3. Im Eingangsbereich der Halle (Vorraum/Windfang) sind die Hände zu desinfizieren und der Status der Halle (frei/besetzt) festzustellen.
4. Sporttaschen und Trinkflaschen sind in der Halle im Abstand von 1,5m an der Wand aufzustellen.
5. Während des Trainings dürfen keine Sportgeräte (außer Bällen und Markierungshütchen) genutzt werden - auch keine Matten oder Kästen.
6. Drei Bänke sind mit Abstand 1,5 m nutzbar. Zur Hilfe steht eine Abstandsholzlatte zur Verfügung
7. Hochintensives Intervalltraining und andere Trainingsformen mit erhöhten Aerosol-Bildung sind unzulässig.
8. Die Beschilderung zum Eingang und Ausgang ist zu beachten. Flure dürfen nicht zum Aufenthalt genutzt werden („gehen, nicht stehen“).
9. Nachdem alle Trainingsteilnehmer in der Halle sind, ist der Belegungsstatus der Halle mit dem Schild im Eingangsbereich zu markieren (Schild drehen: „Halle besetzt“).
10. Nach Trainingsende begleitet der Trainer alle Teilnehmer zum Ausgang. Als Ausgang wird der Notausgang hinten in der Halle (Doppeltür) genutzt. Der Trainer desinfiziert alle genutzten Bälle, Bänke, Stangen und ggf. Klinken und dreht abschließend das Schild im Eingangsbereich wieder auf „Halle frei“.

## Nach dem Training

1. Der Trainer achtet darauf, dass alle Spieler/innen und die Trainer ihre Hände nach dem Training gründlich desinfizieren und anschließend ihren Mundschutz wieder anlegen.
2. Der Trainer dokumentiert unmittelbar nach dem Training die Trainingsteilnahme in liste.team und schickt ein PDF der Trainingsteilnahme an [vorstand@sgu-handball.de](mailto:vorstand@sgu-handball.de) (bitte Filterfunktion von liste.team nutzen). Das PDF muss noch am gleichen Tag bei Sebastian Rinne eintreffen!
3. Trainingsgeräte werden hygienisch gereinigt.

Düsseldorf, 13.6.2020

Der Vorstand der Abteilung Handball

## Weitere Hinweise

Außerdem weisen wir auf folgende weitere Hygieneregeln hin:

- [WHV Wegweiser Trainer](#)
- [DHB-Return-to-play](#)
- [LSB Hinweise zur Wiederaufnahme des Vereinssports](#)
- [Coronaschutzverordnung - gültig ab 15.6.2020](#)
- [Stadtssportbund zu Hallenöffnung](#)

### Dateien

Return-To-Play_im_Beachhandball_V03.pdf	1,33 MB	08.06.2020	Markus Pins
Return-To-Play_im_Amateursport_A4_V08.pdf	1,82 MB	08.06.2020	Markus Pins
Belüftung1.jpg	227 KB	13.06.2020	Markus Pins
Belüftung2.jpg	276 KB	13.06.2020	Markus Pins
Belüftung1_th.jpg	5,1 KB	13.06.2020	Markus Pins
Belüftung2_th.jpg	5,6 KB	13.06.2020	Markus Pins