

## Konzept der Handballabteilung im TVT zum Wiedereinstieg in den Trainingsbetrieb (inkl. Hygienekonzept)

### Allgemein:

Es können nur Personen das Training aufnehmen, die die folgenden Bedingungen erfüllen – gilt für jedes Training und auch für Trainer:

- Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV-Infektion (Husten, Halsweh, Fieber/erhöhte Temperatur, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen).
- Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen.
- In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet worden ist.
- Fahrgemeinschaften sind vorerst zu vermeiden, im Ausnahmefall mit Mund-, Nasenschutz zulässig.
- **IMMER UND ÜBERALL** ist ein Mindestabstand von 1,5 m zwischen den Personen einzuhalten und 3m zu einer Trainingsgruppe, bzw. muss gewährleistet sein – auch bei allen Trainingsübungen, keine Umarmungen, kein Händeschütteln, Husten und Niesen in die Armbeuge.
- Jeder sollte ein kleines Handtuch zum Abtrocknen der Hände mitbringen. Die Trinkflasche ist **IMMER** mit einem Namensschild zu beschriften. Es wird empfohlen ein Schweiß- und Stirnband zur Absorption von Schweiß von Handflächen und Stirn zu tragen.
- In allen Sportstättenbereichen außerhalb der Trainingsfläche gilt Maskenpflicht
- Jeder Trainer führt ein eigenes Händedesinfektionsmittel mit sich.
- Trainingseinheiten werden unter Ausschluss der Öffentlichkeit absolviert. Eltern oder andere Angehörige haben keinen Zutritt zur Trainingsstätte. Die Eingangstüren dürfen nicht unterkeilt und offen gehalten werden, nach Trainingsbeginn ist die Tür abzuschließen um unregistrierten Personen den Zugang zu verwehren.
  - **Trebur:** Eingang = Sportlereingang Regieraum; Ausgang = Sportlereingang Fitnessraum
- Trainingsgruppen können die Trainingsflächen erst betreten, wenn die vorherige Trainingsgruppe die Sportanlage/Halle verlassen hat. Zwischen den einzelnen Trainingsgruppen darf kein Kontakt stattfinden. Das Eintreten ist individuell, das Austreten in der Halle erfolgt gemeinsam mit 1,5 m Abstand und wird durch den Trainer koordiniert.
- Die Trainer schließen vor dem Training die Halle auf, prüfen die WCs auf Hygienematerial (füllen notfalls auf – Nachfüllungslager) und nehmen ihr zur Verfügung gestelltes Händedesinfektionsmittel mit in die Halle.
- Das Training findet nur in dem definierten Athleten-/Trainer-Gespann statt.
- Die Trainingsgruppen sind über eine Anwesenheitsliste zu dokumentieren.
- Zu den Trainingseinheiten kommen die Sportler in Trainingskleidung und gehen direkt zur Trainingsfläche. Umkleiden und Duschen sind nur im Ausnahmefall einzeln zu nutzen. Nach dem Training gehen die Sportler direkt nach Hause.
- Trinkflaschen und Sporttaschen müssen mit ausreichend Abstand in der Halle (Tribünenseite – Trebur) platziert werden.
- Trainingseinheiten bevorzugt an der frischen Luft. Eine Durchmischung von Trainingsgruppen + Trainer ist zu vermeiden. Die Athleten und Trainer der Kleingruppe sind in jedem Training zu dokumentieren.
- Bei Laufeinheiten (nur im Außenbereich) ist ein Abstand von 2 m einzuhalten. Beim Nebeneinanderlaufen und Überholen muss eine Bahn freigehalten werden, um den 2 m Abstand einhalten zu können.
- Vereinseigene Trainingsgeräte (Hütchen) werden vor der Trainingseinheit desinfiziert, wenn benötigt. Allerdings sollte der Einsatz von Materialien und Nutzung durch mehrere Personen weitestgehend verzichtet werden. Die kreiseigenen Sportgeräte dürfen nicht genutzt werden, mit Ausnahme der Ständer für Netze und Tore.
- Die eigenen Bälle sind vor Trainingsbetrieb zu desinfizieren und auch während des Trainings in regelmäßigen Abständen. Gemeinsames Startritual in der Halle, sowie Hinweis des Trainers auf die bestehenden Regeln.
-

- (nur mit Einverständniserklärung der Eltern der Torleute) ->Wurfübungen können mit Torhüter/innen absolviert werden. Das Risiko einer Infektion durch Ballberührung, laut Einschätzung der Experten (Info DOSB), ist gering. Auch Pass- und Wurfübungen können demnach durchgeführt werden.
- Partnerübungen sollten immer mit gleichem Partner und Ball durchgeführt werden. Dazu ist der Ball zu kennzeichnen, so dass Zuordnung möglich ist.

Handballspezifisches Training mit Zweikämpfen ist nur nach Freigabe der entsprechenden Länderregelungen, die nachfolgend dargestellt sind und **je nach Inzidenz ihre Gültigkeit finden**.

## Übersicht der wichtigsten Regelungen für den Sport/Stand 20. Mai 2021

Wann Sport wie möglich ist							Stand: 20. Mai 2021
	Outdoor: Jugend und Erwachsene	Outdoor: Kindergruppen	Indoor: Kontaktsport	Indoor: kontaktfreier Sport	Sportstätten	Zuschauer	
<b>Bundesnotbremse</b> 7-Tages-Inzidenz drei Tage in Folge über 100	Für alle ab 14 Jahre: kontaktloser Individualsport allein, zu zweit oder mit den Angehörigen des eigenen Hausstands möglich	Bis einschließlich 13 Jahre: Kontaktloser Sport von max. 5 Kindern (Anleitungspersonen benötigen negativen (Selbst)Test) Andere Kleingruppen müssen in räumlich abgegrenzten Bereichen Sport treiben	Kein Kontaktsport	Kontaktloser Individualsport allein, zu zweit oder mit den Angehörigen des eigenen Hausstands möglich	<b>Schwimmbäder</b> und <b>Fitnessstudios</b> geschlossen, andere Sportstätten dürfen prinzipiell öffnen. Sport im öffentlichen Raum von 5 bis 22 Uhr sowie – lediglich alleine – von 22 bis 24 Uhr	Ausgeschlossen – auch im Leistungssport	
<b>Stufe 1 der Landesregelungen</b> 7-Tages-Inzidenz 5 Werktage in Folge unter 100	Für alle ab 15 Jahren: jeglicher Sport (auch Kontaktsport) alleine, mit den Angehörigen des eigenen oder eines weiteren Hausstandes möglich. Zu anderen Kleingruppen sind auf Sportanlagen 3 Meter Abstand zu halten. Keine Durchmischung der Gruppen.	Bis einschließlich 14 Jahre: Sport ohne Beschränkung der Gruppengröße oder der Zahl der Hausstände möglich – auch Kontaktsport. Zwei Betreuungspersonen pro Gruppe erlaubt. Empfehlung: Auf Pflicht- und Freundschaftsspiele sowie Umkleidenutzung verzichten.	Für alle Altersgruppen: Kontaktsport ist mit den Angehörigen des eigenen oder eines weiteren Hausstandes möglich. Zu anderen Kleingruppen sind 3 Meter Abstand zu halten. Keine Durchmischung der Gruppen.	Für alle Altersgruppen: Kontaktfreier Sport ist alleine, mit den Angehörigen des eigenen oder eines weiteren Hausstandes möglich. Zu anderen Kleingruppen sind auf Sportanlagen 3 Meter Abstand zu halten. Keine Durchmischung der Gruppen.	<b>Sportstätten</b> prinzipiell geöffnet. <b>Fitnessstudios:</b> Nutzung nur mit Termin, Negativnachweis und Hygienekonzept. Max. 1 Person/40qm, jeweilige Regeln zur Sportausübung beachten. <b>Bäder:</b> für Publikumsverkehr geschlossen, Ausnahmen für Spitzensport, Schul- und Rehasport, Wasserrettung, Schwimmtraining und -unterricht. Jeweilige Regeln zur Sportausübung beachten.	Zuschauer sind beim Trainings- und Wettkampfbetrieb im Freien unter Auflagen zulässig. Die allgemeinen Vorgaben für Veranstaltungen (im Freien bis 100 Teilnehmende) müssen eingehalten werden.	
<b>Stufe 2 der Landesregelungen</b> Inzidenz weitere 14 Tage unter 100 oder weitere 5 Tage unter 50	Individualsport (z.B. Joggen, Rudern, Gymnastik) ist in Gruppen von max. 10 Personen möglich. Geimpfte und Genesene zählen nicht mit, ebenso Kinder bis einschließlich 14 Jahre. Für Mannschaftssportarten (Fußball, Basketball) gibt es keine Personenzahlbegrenzung; Negativnachweis wird empfohlen.	Bis einschließlich 14 Jahre: Alle Sportarten sind ohne Beschränkung der Gruppengröße oder der Zahl der Hausstände erlaubt.	Individualsport (z.B. Tanzen, Karate, Ringen) ist in Gruppen von max. 10 Personen möglich. Geimpfte und Genesene zählen nicht mit, ebenso Kinder bis einschließlich 14 Jahre. Für Mannschaftssportarten (z.B. Fußball, Basketball) gibt es keine Personenzahlbegrenzung; Negativnachweis wird empfohlen.	Analog zu Indoor-Kontaktsport: Individualsport (z.B. Turnen, Gymnastik) ist in Gruppen von max. 10 Personen möglich. Geimpfte und Genesene zählen nicht mit, ebenso Kinder bis einschließlich 14 Jahre.	<b>Sportstätten</b> prinzipiell geöffnet. <b>Fitnessstudios:</b> Gleiche Vorgaben wie in Stufe 1, Negativnachweis jedoch nur noch empfohlen. <b>Bäder:</b> bei vorliegendem Hygienekonzept geöffnet, max. 1 Person/10qm zugänglicher Fläche, Besuch nach Terminvereinbarung.	Zuschauer sind beim Trainings- und Wettkampfbetrieb im Freien und in gedeckten Sportanlagen zulässig, dabei müssen die allgemeinen Vorgaben für Veranstaltungen (im Freien bis 200 Teilnehmende, in geschlossenen Räumen bis 100 Teilnehmende) eingehalten werden.	

HINWEIS: Diese Übersicht bietet eine erste Orientierung. Für Geimpfte und Genesene können Jew. abweichende Regelungen gelten. Der Profi- und Spitzensport ist von Einschränkungen weitgehend ausgenommen. Details unter [yours.lbbh.de/faq](https://yours.lbbh.de/faq)

## Trainingszeiten ab 08.06.2021

### Trainer:

Mini 1:	Silvia Bernt		
Mini 2:	Jasmin Schaffner		
F-Jgd.	Tamina Westenberger		
wE	Jule Schenkel	mE	Dirk Mattutat
wD	Dominik Jordan	mD	Benjamin Deja
wC	Sandra Archer	mC	Nicolas Melchior
wB	Gregor Schwinn	mB	Florian Viebahn
wA	Janina Westenberger	mA	Tobias Führer
Damen	Frank Weidenauer		
Herren I	Tobias Führer		
Herren II	Lukas Pröck		

## Großsporthalle Trebur

**Dienstag 3/3 Halle** 17:30 – 19:00 - mD & mC  
20 Personen

19:00 – 20:30 - mA  
15 Personen

20:30 – 22:30 - Herren 1  
20 Personen

**Mittwoch** 16:00 – 17:20 - mE  
3/3 u. 2/3 Halle, 15 Personen

17:30 – 18:50 - mC  
2/3 Halle 15 Personen

19:00 – 20:20 - mB  
3/3 Halle, 15 Personen

20:30 – 22:30 - Herren 2  
3/3 Halle, 20 Personen

**Donnerstag** 16:00 – 17:20 - Mini Minis und Minis  
3/3 Halle, 40 Personen

17:30 – 18:50 - mA & mB  
3/3 Halle, 30 Personen

19:00 – 20:20 - Herren 1  
3/3 Halle, 20 Personen

20:30 – 22:00 - Damen  
2/3 Halle, 20 Personen