

Informationen zum Trainingsstart in Corona-Zeiten ab Montag, 11. Mai

Liebe Trainer, liebe Eltern, liebe Spieler,

„jede lange Reise beginnt mit dem ersten Schritt!“ Ab Montag dürfen wir als Fußballer wieder mit einem Trainingsbetrieb starten. Es ist ein erster Einstieg, der nur in eingeschränkter Form stattfinden kann und der uns allen viel Disziplin abfordern wird. Nur unser konsequentes Verhalten kann dazu beitragen, dass es bei dem Trainingsbetrieb bleibt und demnächst hoffentlich weitere Dinge möglich sein werden.

Im Folgenden findet Ihr unser Konzept auf der Basis der aktuellen Vorgaben der Landesregierung und des DFB/NFV. Wir alle sind dafür verantwortlich, dass sich C 19 weiter eingedämmt wird. Wir appellieren deshalb an alle, die folgenden Regeln unbedingt einzuhalten.

Über Abbruch oder Fortsetzung der Saison entscheidet der Verband in der nächsten Woche. Danach werden wir die Perspektiven und Ziele für unser Teamtraining neu definieren können.

Da sich die Lage jederzeit ändern kann, gelten die Regeln zunächst für 14 Tage bis zum 24. Mai. Die Trainer werden nach der ersten Trainingswoche um eine Rückmeldung gebeten, inwieweit sich die Hinweise und Vorgaben bewährt haben.

Lasst uns zusammen handeln und so die Basis dafür legen, dass in unserem Sport und in unserem Vereinsleben in absehbarer Zeit wieder mehr möglich sein wird.

Bleibt gesund!

Jörg Lohse

1. Vorsitzender

Joerg.Lohse@sc-hainberg.de

Roman Müller

Jugendkoordinator

Roman.Mueller@sc-hainberg.de

Rechtsrahmen

Sporttreiben ist auf Sportanlagen im Freien seit dem 6. Mai 2020 in Niedersachsen möglich. Verbindliche Grundlage ist die **Niedersächsische Verordnung zum Schutz vor Neuinfektionen mit dem Corona-Virus in der ab 6. Mai 2020 geltenden Fassung** (<https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/vorschriften-der-landesregierung-185856.html>).

Weitere Details siehe am Ende des Dokumentes.

Die nachfolgenden Bestimmungen sind nach bestem Wissen anhand der vorliegenden Informationen erstellt. Eine Haftung bzw. Gewähr für die Richtigkeit der Angaben kann nicht übernommen werden. Es ist stets zu beachten, dass durch die zuständigen Behörden oder Eigentümer bzw. Betreiber der Sportstätte weitergehende oder abweichende Regelungen zum Infektionsschutz sowie Nutzungsbeschränkungen getroffen werden können.



(A) Grundätze für alle Trainingsgruppen beim Hainberg:



1. Die Gesundheit steht an erster Stelle.

- Die Niedersächsischen Vorgaben und Verordnungen sind zu jederzeit zu beachten und einzuhalten.
- Die Verantwortung für die vereinsinternen Regeln liegt beim geschäftsführenden Vorstand.
- Kinder, Jugendliche und Erwachsene dürfen **nur am Training** teilnehmen, wenn diese zu **100% gesund** sind. Bei kleinsten Erkältungserscheinungen, Halsschmerzen, Schnupfen, Husten, Fieber, Brustschmerzen etc., darf nicht am Training teilgenommen werden.
- Die **Entscheidung**, ob jemand am Trainingsbetrieb unter den unten beschriebenen Bedingungen teilnimmt, obliegt den Aktiven bzw. deren Eltern oder Erziehungsberechtigten. Im Falle einer Nichtteilnahme, teilt dies bitte euren Trainern mit.
- Der **Kommunikationsweg** läuft vom Vorstand über die Trainer an die Eltern und Spieler und auf dem gleichen Weg zurück zum Vorstand.
- Wenn Kinder, Jugendliche und Erwachsene am Training teilgenommen haben und nachträglich die oben genannten **Symptome** aufweisen, muss dieses sofort den Trainern gemeldet werden.
- Bitte nehmt als Eltern dann unverzüglich Kontakt mit einem Arzt auf.
- Alle Personen (Kinder, Jugendliche, Erwachsene) die am Training teilnehmen, müssen in einer **Anwesenheitsliste** erfasst werden. Diese Maßnahme dient zur Rückverfolgung von möglichen Infektionsketten.
- Die Anwesenheitsliste ist nach dem Training vom **Trainer** zu unterschreiben und am gleichen Tag in den Briefkasten der Geschäftsstelle zu werfen. Die Liste wird online per Mail sowie per Print im Ballraum zur Verfügung gestellt. Die Anwesenheitslisten sind nach jedem Training im Briefkasten der Geschäftsstelle einzureichen. Im Fall des Trainings im Jahnstadion ist per Mail ein Foto der Liste an office@sc-hainberg.de zu senden. Die Liste ist vom Trainer dann aufzubewahren.
- Personen (Kinder, Jugendliche, Erwachsene), die einer **Risikogruppe** angehören, dürfen am Trainingsbetrieb nicht teilnehmen, zuzucken oder sonstigen Kontakt auf dem Sportgelände haben.
- Trainingsorte** sind der Rasenplatz Zietenterrassen inkl. der beiden Kunstrasenplätze, der Kunstrasenplatz im Jahnstadion. Das Sportgelände umfasst am Hainberg die Trainingsflächen sowie die angrenzende Laufbahn (Großfeld) sowie die Rasenfläche zwischen den beiden Kleinfeldern. Im Jahnstadion gilt als Sportfläche der eingezäunte Bereich des Jahnsporthalls. Hier erfolgt der Zugang ausschließlich über den Zugang vom Leinekanal aus.
- Es stehen nur die fest installierten Trainingstore zur Verfügung.
- Trainingsgäste** ohne Vereinsanmeldung sind aktuell nicht zugelassen.

(B) Sicherheits- und Abstandskonzept vor und nach dem Training



- Bei der Anreise, Abfahrt, Ankunft und beim Abholen an den Trainingsorten haltet Euch bitte an das Kontaktverbot. Auf Fahrgemeinschaften sollten verzichtet werden oder auf den üblichen Personenkreis der letzten Wochen beschränkt werden.
- Auch auf dem Weg zum Sportgelände muss jederzeit die 2 Meter Abstandsregel eingehalten werden (keine Gruppenbildung vor oder auf dem Sportgelände).
- Das Betreten und Verlassen des Sportgeländes muss auf dem direkten Weg erfolgen.
- Bei der Ankunft und vor dem Abholen, hat sich jede/jeder bei der Verantwortlichen Person des Trainings an- und abzumelden. Dieses muss in der Anwesenheitsliste erfasst werden. Diese werden nur vom Trainer geführt und können anhand der vorhandenen Teamlisten vorbereitet werden.
- Eltern** bitten wir, sich während des Trainings auf den Flächen vor der Funsporthalle aufzuhalten und die Abstandsregeln einzuhalten.
- Personen (Kinder, Jugendliche, Erwachsene), die während des Trainings Symptome aufweisen oder das Training vorzeitig verlassen, müssen ebenfalls in der Detailliste erfasst werden.

(C) Hinweise zum Training



1. Das Training ist nur zu den Zeiten des neuen Belegungsplanes möglich!

- Es gibt keine offizielle Vorgabe für die Gruppengröße. Es müssen lediglich das Kontaktverbot sowie die Abstandsregel (2m) beachtet werden.
- Wir haben uns entschieden, die **Gruppengröße** einer Mannschaft bei einer Platzhälfte (Großfeld) oder einem ganzen Kleinfeld Kunstrasen (am Hainberg) auf **12 Personen** zu beschränken. Diese sind in **zwei feste Gruppen (A/B)** einzuteilen und entsprechend in der Anwesenheitsliste zu dokumentieren.
- Verantwortlich für die Umsetzung sind die Trainer.** Sie können auch entscheiden, ob sie ihr Training im Rahmen ihrer Trainingszeit in zwei Gruppen nacheinander (z.B. 2 x 45 Minuten) oder je Trainingstag mit einer Teilgruppe (z.B. montags Gr., 1, mittwochs, Gr. 2) belegen, was besser wäre, da dann weniger Spieler auf der Anlage sind.
- In den **Altersklassen von den G bis zu den C-Junioren** ist die Anwesenheit von zwei Trainern sicherzustellen. Ggf. kann ersatzweise einem Elternteil die Aufsicht übertragen werden und in der Anwesenheitsliste zu dokumentieren. Das Elternteil muss seine Gesundheit bestätigen.
- Erlaubt** sind Fitnessübungen, individuelle Übungen mit dem Ball, Passformen und Torschusstraining.
- Verboten** sind Abschlussspiele, Zweikämpfe, Wettkampfsimulationen und jegliche Übungen, die einen Körperkontakt voraussetzen.
- Das **Trainingsmaterial** darf nur durch die Trainer aus dem Ballraum entnommen und dort wieder an entsprechender Stelle eingelagert werden. Der Ballraum am Hainberg und im Jahnstadion ist nur einzeln und mit Mundschutz zu betreten
- Jeder Trainer hat die ihm persönlich ausgehändigten Hütchen zu nutzen. Auf den Einsatz von **Trainingsleibchen** ist zu verzichten.
- Der **Auf- Abbau von Hütchen/ Stangen** erfolgt nur durch die beiden Trainer bzw. die ggf. vorab bestimmte Aufsichtsperson.
- Auch bei Trink- und Erholungspausen ist die 2 Meter Abstandsregel einzuhalten. Die Trainer, Betreuer und Übungsleiter sind angewiesen, dass sich die **Trinkflaschen** zu jedem Zeitpunkt 2 Meter auseinander befinden.

(D) Hygienekonzept



1. Der Empfang und das Lesen der Sicherheits- und Hygienemaßnahmen muss von den Trainern und Übungsleiter*innen schriftlich quittiert werden

- Zusätzlich erfolgt ein Aushang m Schaukasten des Vereins.
- Die Trainer weisen ihre Spieler beim ersten Training in die Hygiene- und Abstandsregeln ein und dokumentieren dies in der ersten Anwesenheitsliste.
- Umkleiden und Duschen sind weiterhin für alle gesperrt.
- Herren- und Damentoiletten** stehen am Hainberg im Vorraum zum Vereinsheim zur Verfügung. Es darf immer nur eine Person (Kinder, Jugendliche, Erwachsene) die Toilette aufsuchen. Der Zugang wird über einen der beiden Trainer/ Aufsichtspersonen geregelt. Kinder der G-/ F-Jugend dürfen nur von Ihren Eltern ggf. begleitet werden. Wir bemühen uns derzeit bei der GöSF darum, dass auch im Jahnstadion Toiletten geöffnet werden.
- Nach jedem Toilettengang sind die **Hände** gründlich zu **waschen**.
- Die **Hände** sind beim Eintritt in den Vorraum sowie beim Verlassen unter den angebrachten kontaktlosen Desinfektionsgeräten zu **desinfizieren**.
- Die Toiletten werden täglich gereinigt vom SC Hainberg. Die Mülleimer werden täglich geleert.
- Die Bälle und Trainingsgeräte sind nach dem Training zu reinigen. Nutzt hierfür die Dusche in der großen Umkleide.
- Weitere Regeln für das Jahnstadion siehe unten.

(E) Vorgaben der GöSF für das Jahnstadion

BEWEGEND. ERHOLSAM. ERFRISCHEND.
GÖTTINGER SPORT UND FREIZEIT GMBH & CO. KG



GoeSF, Göttinger Sport und Freizeit GmbH & Co. KG,
Windausweg 60, 37073 Göttingen

An die Nutzer der städtischen
Sportanlagen und
Sportstätten der GoeSF

// ÖFFNUNG DER FREILUFTSPORTSTÄTTEN

05.05.2020

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir freuen uns Ihnen schreiben zu können, dass die Göttinger Freiluftsportstätten ab dem 07.05.2020 unter bestimmten Voraussetzungen wieder für den Sportbetrieb geöffnet werden können.

Folgende Voraussetzungen sind dabei nach der Niedersächsischen Verordnung zum Schutz vor Neuinfektionen mit dem Corona-Virus zu beachten und einzuhalten:

- Einhaltung eines Mindestabstands von 2 Metern
- kontaktfreie Durchführung | bei Kontakt- und Mannschaftssportarten ohne Wettkampfsimulationen und -spiele
- konsequente Einhaltung von Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen | insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten
- Umkleidekabinen bleiben ebenso wie Gastronomiebereiche geschlossen
- Bekleidungswechsel und Körperpflege zu Hause
- Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen unter Vermeidung von Warteschlangen
- Nutzung von Gesellschafts- und sonstigen Gemeinschaftsräumen bleibt untersagt
- Risikogruppen werden keiner besonderen Gefährdung ausgesetzt
- Keine Veranstaltungen und Wettbewerbe
- keine Zuschauer

Weiterhin möchten wir Sie bitten, beim Betreten von Ball- und Geräteräumen einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen.

Ihr Ansprechpartner
Jörn Lührs

T: 0551 50709-142
F: 0551 50709-116

j.luehrs@goesf.de
www.goesf.de

Windausweg 60
37073 Göttingen

Bis Stand gestern Mittag konnte die GöSF nach Auskunft von Jörn Lührs noch nicht entscheiden, ob die Toiletten im Jahnstadion geschlossen bleiben oder geöffnet werden. Hinweise auf Hygienespender im Jahnstadion haben wir auch noch nicht.

Trainer dürfen den Gang zum den Ballschränken nur mit Mundschutz betreten.

Himmelfahrt sind alle Anlagen der GöSF geschlossen! (GT von heute, 09. Mai)

(F) Nachsatz

Sollten Situationen entstehen die unklar sind oder eine wichtige Entscheidung benötigen, ist der Vorstand sofort hinzuzuziehen. Erste Ansprechpartner sind Jörg Lohse und Roman Müller
Ergänzungen und Änderungen sind jederzeit möglich und werden unverzüglich kommuniziert.
Da sich die Lage jederzeit ändern kann, gelten die Regeln gelten zunächst für 14 Tage bis zum 24. Mai. Die Trainer werden nach der ersten Trainingswoche um eine Rückmeldung gebeten, inwieweit sich die Hinweise und Vorgaben bewährt haben.

(G) Anlagen:

- Anwesenheitsliste
- DFB-Wegweiser – Zurück auf den Platz!

Trainingstipps

TRAININGSÜBERSICHT

Aktive: <https://www.dfb.de/trainer/aktiver-ue-20/training-in-der-coronazeit/>

A-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/a-juniorin/training-in-der-coronazeit/>

B-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/b-juniorin/training-in-der-coronazeit/>

C-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/c-juniorin/training-in-der-coronazeit/>

D-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/d-juniorin/training-in-der-coronazeit/>

E-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/e-juniorin/training-in-der-coronazeit/>

F-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/f-juniorin/training-in-der-coronazeit/>

Bambini: <https://www.dfb.de/trainer/bambini/training-in-der-coronazeit/>

EINFÜHRUNG TRAININGSKONZEPT:

<https://www.dfb.de/trainer/artikel/nach-dem-corona-stopp-auf-dem-weg-zurueck-ins-training-3152/>

HYGIENEMASSNAHMEN UND ABSTANDSREGELN:

<https://www.dfb.de/trainer/artikel/kleingruppentraining-mit-hygiene-und-abstand-dem-virus-keine-chance-lassen-3158/>

HEIMTRAINING:

<https://www.dfb.de/trainer/artikel/heimtraining-in-der-coronakrise-so-trotzt-ihr-dem-virus-3147/>

<https://www.dfb.de/trainer/artikel/so-arbeiten-sie-mit-den-heimtrainingsplaenen-auf-training-service-3149/>

MENTALE BEGLEITUNG DER SPIELER*INNEN:

<https://www.dfb.de/trainer/artikel/die-spieler-mental-wieder-auf-fussball-trimmen-3157/>