



Konzept zur Wiederaufnahme des eingeschränkten Trainingsbetriebs

Stand: 14.05.2020

**Thomas Reischl
1. Vorsitzender
TSV Wartenberg**

Inhaltsverzeichnis:

Vorwort	Seite 3
1. Ziele TSV Wartenberg	Seite 3
2. Übertragungswege von SARS-CoV-2	Seite 3
3. Grundlegende Maßnahmen	Seite 4
4. Abfrage des Gesundheitszustandes	Seite 4
5. Minimierung von Risiken	Seite 5
6. Organisatorische Grundlagen	Seite 5
7. An- und Abreise	Seite 5
8. Hygienemaßnahmen	Seite 6
9. Vorgaben für Trainingseinheiten	Seite 7
10. Besonderheiten im Jugendtraining	Seite 9
11. Wichtige Rufnummern	Seite 9
12. Wichtige Links	Seite 10
13. Symptomtagebuch	Seite 11

Vorwort:

Nach zweimonatiger Komplettsperrung der Sportanlage an der Thenner Strasse freuen wir uns – wenn auch sehr eingeschränkt – den Trainingsbetrieb wieder aufnehmen zu können.

Wir nehmen die Bedrohungslage, welche immer noch aktuell ist, sehr ernst und gehen verantwortungsvoll damit um. Dieses Konzept richtet sich an alle, die das Gelände betreten und muss vollumfänglich beachtet und umgesetzt werden.

Auf die nähere Definition von Sanktionen, die bei Nichtbeachtung der Regelungen selbstverständlich folgen werden, haben wir absichtlich verzichtet. Wir gehen davon aus, dass jedem Einzelnen die Gefahren klar sind und sich alle im Sinne der Sportgemeinschaft daran halten.

Dieses Konzept basiert auf den gesetzlichen Grundlagen der Bayerischen Staatsregierung, sowie auf den Handlungsempfehlungen des BLSV, DOSB und den Sportfachverbänden. Die Marktgemeinde Wartenberg hat die Zustimmung zur Aufnahme des Betriebes erteilt.

1. Ziele TSV Wartenberg:

- ⇒ die Gefährdung durch SARS-CoV-2 minimieren
- ⇒ Auslöseereignisse zuverlässig erkennen
- ⇒ Schaden schnellstmöglich begrenzen
- ⇒ Übertragungswege unterbrechen
- ⇒ verantwortungsvoller Umgang

2. Übertragungswege von SARS-CoV-2

Der Hauptübertragungsweg **in der Bevölkerung** scheint die Tröpfcheninfektion zu sein. Theoretisch möglich sind auch Kontakt- und aerogene Übertragungen.

Tröpfcheninfektion: Die hauptsächliche Übertragung erfolgt über Tröpfchen, die beim Husten und Niesen entstehen und beim Gegenüber über die Schleimhäute der Nase, des Mundes und ggf. des Auges aufgenommen werden.

Aerosole (Tröpfchenkerne, kleiner als 5 Mikrometer): In einer Studie mit experimentell erzeugten und mit SARS-CoV-2-Viren angereicherten Aerosolen waren vermehrungsfähige Viren bis zu drei Stunden nachweisbar. Dabei handelte es sich jedoch um eine künstliche mechanische Aerosolproduktion, die sich grundlegend von hustenden/niesenden Patienten mit SARS-CoV-2 im normalen gesellschaftlichen Umgang unterscheidet.

Kontaktübertragung: Eine Übertragung durch kontaminierte Oberflächen ist insbesondere in der unmittelbaren Umgebung des Infizierten nicht auszuschließen, da vermehrungsfähige SARS-CoV-2-Viren unter bestimmten Umständen in der Umwelt nachgewiesen werden können. Bei COVID-19-Patienten wurden vereinzelt auch PCR-positive Stuhlproben identifiziert. Für eine Ansteckung über Stuhl müssen Viren jedoch vermehrungsfähig sein. Dies konnte bisher zwar in einer Studie gezeigt werden, aber auch da gelang der Nachweis eher selten.

3. Grundlegende Maßnahmen:

1. Ausübung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen oder privaten Freiluftsportanlagen
2. Einhaltung des Mindestabstands zwischen zwei Personen von mindestens 1,5 Metern
3. Ausübung entweder alleine oder in kleinen Gruppen von bis zu maximal fünf Personen (inklusive Trainer/Betreuer)
4. kontaktfreie Durchführung
5. keine Nutzung von Umkleidekabinen
6. konsequente Einhaltung der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen, insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten
7. keine Nutzung der Nassbereiche, die Öffnung von gesonderten WC-Anlagen ist jedoch möglich.
8. Vermeidung von Warteschlangen beim Zutritt zu Anlagen
9. keine Nutzung von Gesellschafts- und Gemeinschaftsräumen an den Sportstätten; Betreten der Gebäude zu dem ausschließlichen Zweck, das für die jeweilige Sportart zwingend erforderliche Sportgerät zu entnehmen oder zurückzustellen, ist zulässig
10. keine besondere Gefährdung von vulnerablen Personen (Risikogruppen) durch die Aufnahme des Trainingsbetriebes
11. keine Zuschauer

4. Abfrage des Gesundheitszustandes

Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt aufsuchen:

- Husten
- Fieber (ab 38 Grad Celsius)
- Atemnot
- sämtliche Erkältungssymptome

Das gleiche Vorgehen gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.

Bei einem positivem Test auf SARS-CoV-2 Virus im eigenen Haushalt muss die betreffende Person 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.

5. Minimierung von Risiken

- Nutzung des gesunden Menschenverstandes
- Bestehen in Bezug auf ein Training oder eine spezielle Übung ein ungutes Gefühl und/oder Unsicherheit über mögliche Risiken, sollte darauf verzichtet werden
- Die etwaige Risikogruppen-Zugehörigkeit der teilnehmenden Personen ist im Vorfeld unbedingt zu klären (Auch für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Training von großer Bedeutung. Umso wichtiger ist es, ganz besonders für sie das Risiko bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.)

6. Organisatorische Grundlagen

- Aufgrund der Weitläufigkeit des Geländes können Trainingsgruppen jederzeit die geforderten Abstände einhalten (spartenübergreifend) und müssen dies natürlich beachten
- Beim Warten auf dem Parkplatz und beim Betreten der Anlage ist beim Aufeinandertreffen von verschiedenen Trainingsgruppen verstärkt auf die Einhaltung der Abstandsregeln zu achten. Die Gruppen dürfen sich nicht „durchmischen“.
- Bei Organisation einer Aktivität im öffentlichen Raum (nicht auf der Sportanlage) muss dies mit der zuständigen Kommune gesondert besprochen und geprüft werden.
- Der zentrale Ansprechpartner ist der 1. Vorsitzende Thomas Reischl
- Unterweisung aller Trainer, Betreuer und Spieler in die Vorgaben zum Trainingsbetrieb, die Maßnahmen des Vereins und des verantwortungsvollen Umgangs damit.
- Die getroffenen Regeln und Hygienevorschriften werden zudem gut ersichtlich am Eingang im Schaukasten ausgehängt und werden allen Betroffenen vorab zur Verfügung gestellt bzw. spätestens auf dem Vereinsgelände ausgehändigt
- Die verantwortlichen Trainer führen eine Anwesenheitsliste aller Teilnehmer (Name, Datum, Uhrzeit) und fragen nach Symptomen (Liste im Anhang)
- im Rahmen der Regelungen der Außengastronomie ist ein Verweilen auf den Freiflächen vor den Sportstätten nach/vor dem Training aktuell bis 20:00 Uhr erlaubt. Dort ist auch die Ausgabe von Getränken erlaubt.
- eine Abgabe von Getränken ist nur bei den Freiflächen vor den Hütten Tennis, Stockschißen und Beachvolleyball erlaubt. Die Terrasse und Tribüne beim Vereinsheim bleibt gesperrt. Keinerlei Nutzung von Innenbereichen zum Aufenthalt. Bei Einsetzendem Regen und dem daraus folgenden Abbruch einer Trainingseinheit ist das Gelände unverzüglich zu verlassen.
- Getränkeflaschen dürfen nur mit frisch desinfizierten Händen geöffnet und nicht übergeben werden (Abstand halten!), auf Gläser/Becher wird aktuell verzichtet
- selbst mitgebrachte Getränke, Gläser, Flaschen und Becher sind erlaubt
- Die Bestuhlung (Stühle, Tische und Bänke) wird minimiert um die Abstandsregeln jederzeit einhalten zu können. Dies wird vor Ort detailliert besprochen und umgesetzt.

7. An- und Abreise

- Die Teilnehmer reisen möglichst zu Fuß, mit dem Fahrrad oder in privaten PKW einzeln in Sportkleidung an. Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden.
- Ankunft am Sportgelände frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn.
- Alle Teilnehmer kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen (Ausnahmefall)

- Der Zugang zum Trainingsgelände ist – wenn möglich – so zu gestalten, dass kein Stau, bzw. keine Menschenansammlungen entstehen.
- Begleitpersonen werden nur im Ausnahmefall in Absprache zugelassen
- Ansonsten ist auf Einhaltung der Abstandsregeln zu achten.
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause (Ausnahmen siehe oben bis 20:00 Uhr Verweilen auf den Freiflächen)
- Bei einer Abreise mit dem PKW erfolgt nach dem Training der Wechsel von durchnässten oder verschwitzten Kleidungsstücken nicht auf dem Gelände

8. Hygienemaßnahmen

- Es wird die Möglichkeit zur Händedesinfektion geschaffen, Nutzung durch jeden Teilnehmer vor und nach dem Training verpflichtend; Spender hierfür werden an den Sportstätten aufgestellt und die folgende Grafik ausgehängt

schülke -+

Hygienische Händedesinfektion

Standard-Einreibemethode für die
hygienische Händedesinfektion gem. EN 1500

Einwirkzeit
30 Sekunden

Handfläche auf Handfläche, zusätzlich gegebenenfalls die Handgelenke		Kreisendes Reiben mit geschlossenen Fingerkuppen der rechten Hand in der linken Handfläche – und umgekehrt	
Rechte Handfläche über linkem Handrücken – und umgekehrt		Handfläche auf Handfläche mit verschränkten, gespreizten Fingern	
Außenseite der verschränkten Finger auf gegenüberliegende Handflächen		Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der geschlossenen linken Handfläche – und umgekehrt	

Bei der hygienischen Händedesinfektion das Händedesinfektionsmittel in die hohlen, trockenen Hände geben und über **30 Sekunden** einreiben. Bitte achten Sie besonders auf **Fingerkuppen** und **Daumen**.

■ Darauf achten, dass die Hände die gesamte Einreibzeit feucht bleiben.
Bei Bedarf erneut Händedesinfektionsmittel entnehmen.

Quelle: <https://www.schuelke.com/de-de/news-media/news/Corp/Update-Coronavirus.php>

- Keine körperlichen Begrüßungsrituale durchführen
- Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt worden ist (mit Namen!)
- Vermeiden von Spucken und von Naseputzen auf dem Feld.
- Kein Abklatschen, in den Arm nehmen und gemeinsames Jubeln.
- Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen.
- Toiletten sind mit Desinfektionsmitteln zu versehen und müssen nach der Benutzung vom Benutzer desinfiziert werden. Zugang nur über den Haupteingang, dieser wird vom Trainer geöffnet und bleibt während des Trainings dauerhaft offen (Keil).
- Nur unbedingt notwendige Trainingsutensilien verwenden.
- Bälle und Markierungshütchen werden vor und nach der Trainingseinheit desinfiziert und auf dem Platz bereitgestellt.

Flächendesinfektion:

- Trainingsleibchen werden nur dann genutzt, wenn die Spieler ihr eigenes Leibchen mit zum Training bringen und es auch ausschließlich von ihnen selbst getragen wird. Alternative: die Leibchen werden vom Trainer zu Beginn des Trainings ausgegeben und während des Trainings nur von einem Spieler genutzt.
- Nach jedem Training werden die Leibchen unter Verwendung von Einmalhandschuhen eingesammelt und bei 60 Grad gewaschen.
- Torwarthandschuhe sind während des Trainings wiederholt zu desinfizieren.
- Die Torhüter sollen ihr Gesicht möglichst nicht mit den Handschuhen berühren und die Handschuhe keinesfalls mit Speichel befeuchten!
- Nach dem Training werden die verwendeten Trainingsmaterialien desinfiziert und unzugänglich für Unbefugte verwahrt.

9. Vorgaben für Trainingseinheiten

9.1 Fußball; gilt analog für alle Sparten; sowie zusätzlich die Regeln der Sportfachverbände

- Alle Trainingsangebote werden als Freiluftaktivität durchgeführt, da das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch verringert wird.
- Die Spieler dürfen sich beim Beginn des Trainings nicht wie üblich händisch begrüßen.
- Auch das klassische „Eck“ darf nicht durchgeführt werden, da die Abstände nicht eingehalten werden können.
- Auch beim gemeinsamen Tragen von Toren ist der Mindestabstand einzuhalten.
- Jeder soll sein eigenes Leibchen mitbringen und waschen. Ein Leibchenwechsel während des Trainings darf nicht stattfinden.
- Jeder soll sein eigenes Getränk mitbringen und darauf achten, dass es nicht zu Verwechslungen kommt.
- Durch die Bildung von Kleingruppen beim Training (bis zu fünf Personen inkl. Trainer/Betreuer), die im Optimalfall auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.
- Um Infektionsketten leichter nachverfolgen zu können, muss eine Trainingsliste erstellt werden, auf der notiert wird, wer bei welcher Trainingseinheit anwesend war.
- Ein Trainer/Übungsleiter ist für seine Kleingruppe (bis zu fünf Personen inklusive Trainer/Betreuer) zuständig.
- Die Zuständigkeit des Trainers/Betreuers darf zwei Gruppen nicht übersteigen.

- Die beiden Kleingruppen müssen streng getrennt voneinander trainiert werden.
- Auf einer (regulären) Sportplatzhälfte können maximal zwei Kleingruppen trainieren.
- Bei kleineren Fußballplätzen (insb. Kleinfeld) jeweils nur eine Kleingruppe.
- Die Belegung eines Sportplatzes erfolgt durch maximal vier Kleingruppen.
- Jede Kleingruppe besteht aus maximal fünf Personen (inklusive Trainer/Betreuer).
- Wir empfehlen, dass bei vier Kleingruppen pro Sportplatz auch zwei Trainer/Betreuer auf dem Feld sind, um die Einhaltung der Abstandsregeln zu gewährleisten.
- Erlaubt sind nur Übungsformen ohne Gegenspieler unter Einhaltung des Mindestabstandes (z.B. Passspiel/Torschuss).
- Nicht erlaubt ist das klassische Fußball spielen („Abschlusspiel“), auch nicht unter Einhaltung der Mindestabstände.
- Gerade bei den ersten Trainingseinheiten ist auf eine angemessene Belastungssteuerung zu achten – geringe Intensitäten werden empfohlen.
- Das Training muss zwingend kontaktfrei gestaltet werden, d. h. trainiert werden insbesondere keine Zweikämpfe.
- Die Spieler bewegen die Bälle auf dem Platz ausschließlich mit dem Fuß.
- Ein- oder Zwürfe sind nicht Gegenstand der Trainingsformen.
- Kopfbälle werden im Training nicht durchgeführt (hier ist die Infektionsgefahr besonders hoch!).
- Der Mindestabstand ist besonders auch bei wartenden Spielern zu beachten.
- Neben den Übungsformen mit Ball und ohne Gegenspieler können Konditionstraining, Athletiktraining und Individualtraining unter Berücksichtigung der Hygiene- und Abstandsregeln Gegenstand des Trainings sein.
- Trainingsformen, die die Abstandsregel beachten, sind möglich (z. B. Spielformen mit Zonen und einer Zone pro Spieler, „Tischkicker“), „Fußball-Tennis“ ist nur im 1:1 und nur mit dem Fuß möglich.

9.2 Stockschißen Regelungen für den Trainingsbetrieb (nur ein Auszug, genaue und aktualisierte Infos auf den Seiten der Abteilung)

- Nur 2 Bahnen werden belegt. Bahn1 und Bahn4 was die Einhaltung der Abstandsregeln problemlos gewährleistet.
- Allen Trainierenden wird empfohlen eine Mund- Nasenschutz-Maske, die sog. Community-Masken zu tragen. Jeder bringt sein eigenes Desinfektionsmittel mit.
- **Körperkontakte auf das Minimum reduzieren:** Jeder berührt nur sein eigenes Sportgerät. Die Daube, wird künftig nur noch mit dem Fuß eingeschoben. Jeder hat ein eigenes Maßband. Während eine Person misst, haben alle anderen Teilnehmer/innen den Mindestabstand von 2m einzuhalten. Max 2 Teilnehmer im Haus.
- **Trainingsgruppen verkleinern**
Wie oben beschrieben wird vorerst nur auf jeder zweiten Bahn trainiert und nicht im gewohnten „Vier gegen Vier“ gespielt, sondern max. im Duo Modus, „Zwei gegen Zwei“.

9.3 Tennis, Beachvolleyball und Andere

Spezielle Regelungen für einzelne Sparten werden auf der Homepage bei den Abteilungen zum Abruf bereit gestellt.

10. Besonderheiten im Jugendtraining

- Bringen und Abholen von Kindern nur bis zum bzw. ab dem Sportgelände.
- Sofern Unterstützung unbedingt erforderlich ist, darf ein Elternteil am Sportgelände anwesend sein.
- Für diese Person gelten ebenfalls die dort herrschenden organisatorischen und hygienischen Maßgaben.
- Zunächst wird das Training für die Mannschaften U12 und älter wieder aufgenommen – voraussichtlich zum 2. Juni
- Aus unserer Sicht empfiehlt sich, dass vor der Wiederaufnahme des Trainings für U11 und jünger die Spieler Erfahrungen im Umgang mit den Hygiene- und Abstandsregeln in der Schule oder der Kita gemacht haben.
- Ein Zeitraum von 2 Wochen Schulerfahrung vor Trainingsbeginn erscheint angemessen.
- Bei den jüngsten Jahrgängen (U9 und jünger) empfehlen wir günstigere Betreuerschlüssel anzuwenden (3 Spieler je Trainer/Betreuer). Über eine Einbindung von Elternteilen kann das erreicht werden.

11. Wichtige Rufnummern:

1. Vorsitzender:

Thomas Reischl Tel. 08762/63 99 050 Fax: 08762/63 99 049 Mobil: 0172/60 16 809 E-Mail: vorsitzender(at)tsv-wartenberg.de

Stellvertretender Vorsitzender:

Anton Csauscher Platterweg 1 85465 Langenpreising, OT Zustorf Telefon 01755936825 oder 08762/738479 E-Mail: anton.csauscher(at)freenet.de

Abteilungsleiter/Sportlicher Leiter:

Ernst Halir 85456 Wartenberg, Birkenstr. 6 Telefon: 08762 2133 Handy: 0151 52549240 E-Mail: fussball(at)tsv-wartenberg.de

Fußball Stellvertretender Abteilungsleiter/Jugendleiter:

Jens Baumbach 85456 Wartenberg, Martin von Deutingen Strasse 1b Handy: 0177 2245046 E-Mail: fussball2(at)tsv-wartenberg.de

Koordinator/Organisator Jugend/Platzwart: Karsten Kirbs Telefon:0152 33663811 eMail: karsten.kirbs@web.de

Stockschützen

- Abteilungsleiter Günther Maier 08762 3830
- 2. Abteilungsleiter: Willi Veit 08762 1016

Tennis

- Abteilungsleiter Florian Kühlein Handy: 0151 253 887 68
- Platzwart Christian Schmied Tel: 0176 554 263 70
- Jugendarbeit Monika Blechinger Zahnweh Tel: 08762/720 349

Volleyball

Abteilungsleiter Danny Spielberg 0151 40204424

12. Linksammlung

<https://www.corona-katastrophenschutz.bayern.de/faq/index.php>

www.blsv.de

www.dosb.de

<https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/sportartspezifische-uebergangsregeln/?%C3%9Cbergangsregeln=>

www.bfv.de

13. Symptomtagebuch - Anlage

Symptomtagebuch	Name:
------------------------	--------------

Datum	Klinische Symptomatik (bitte alle zutreffenden Krankheitszeichen ankreuzen)													
	Fiebergefühl	Temperatur* morgens (°C)	Temperatur* abends (°C)	Kopfschmerzen	Erbrechen	Durchfall	Appetitlosigkeit	Müdigkeit	Magenschmerzen	Muskel- & Gelenkschmerzen	Schluckbeschwerden	Atemprobleme	Schluckauf	Unerwartete Blutungen
0														
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														