

# **Hygienekonzept TuS Vinnhorst Handball**

## **Stand 25.05.2020**

### **Standort Sporthalle Grashöfe**

#### **Betreten und Verlassen der Sporthalle**

- Die mittlere Glastür im Seitenbereich wird nur als AUSGANG benutzt.
- Der EINGANG erfolgt über die erste (also rechte) Glastür bei den Sitzgelegenheiten am Seitenbereich. Hier wartet auch die nachfolgende Gruppe mit dem dazugehörigen Abstand zu einander, bis die vorherige Gruppe die Halle verlassen hat. Die letzte Gruppe des Tages ist für das Verschließen aller Türen verantwortlich und schaltet das Licht aus!
- Im Glasgang herrscht Einbahnstraßenverkehr! Man darf nur von der Gaststätte Richtung Mitteltür der Halle gehen. Um zurück zur Gaststätte zu gelangen, muss man aus der Mitteltür nach draußen gehen. Es werden entsprechende Pfeile angebracht.

#### **Allgemeines zur Trainingseinheit**

- Vor Beginn der Trainingseinheit werden alle Teilnehmer auf die Hygienerichtlinien und deren Einhaltung hingewiesen.
- Es dürfen ausschließlich Personen, die direkt an der Trainingseinheit beteiligt sind, das Gebäude betreten (eine Ausnahme gilt für den Gaststättenbereich). Eltern oder andere Zuschauer müssen draußen bleiben.
- Die Übungsleitung notiert die Namen aller Teilnehmenden und das Datum bei jeder Trainingseinheit (auch Zuspätkommer notieren!). Die Listen werden bei unserer FSJlerin Merle vorne im Geschäftszimmer abgegeben (Briefkastenschlitz).
- Die Umkleiden und Duschen dürfen nicht benutzt werden. Das Umziehen und die Körperpflege finden zu Hause statt.
- Die Toiletten sind nur einzeln zu betreten.
- Ein geselliges Beisammensein ist nur in der Gaststätte bzw. dem Biergarten unter den dort herrschenden Vorgaben möglich. In der Sporthalle, den Gängen darf nicht verweilt werden.

- Die Husten- und Niesetikette ist einzuhalten.
- Die Hände sind regelmäßig und gründlich mit Seife zu waschen.
- Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung im Gebäude wird empfohlen. Bei der sportlichen Betätigung selber kann dies aber hinderlich sein.

## **Trainingseinheit**

- Berührungen gleich welcher Art sind verboten – auch Begrüßungsrituale per Ellbogen, „Ghettofaust“ o.ä. sind nicht erlaubt.
- In der Halle dürfen sich insgesamt nicht mehr als 12 Personen aufhalten (inkl. Trainer). Auf jeder Hälfte dürfen nur 5 Aktive + 1 Trainer sein. Siehe auch Anlage des DHB, Phase 4 - Return to play.
- Bei Laufübungen in der Halle muss dieser Abstand in alle Richtungen eingehalten werden.
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung).
- Kontaktsport ist nicht erlaubt!
- Die Trainingsgruppen bleiben unter sich, ein Wechsel und damit eine Vermischung in andere Gruppen ist nicht erlaubt.
- 10 Minuten vor dem Ende der Trainingszeit, verlässt die Gruppe bei Abstandseinhaltung usw. die Halle und macht öffnet die Doppeltür zur Baustelle, damit gelüftet wird. Die neue Trainingsgruppe kann diese dann wieder schließen.
- Sportgeräte/Sportmaterial wird nach der Trainingseinheit desinfiziert. Mittel ist selbst mitzubringen. Sofern es gestellt wird, ergeht eine Info an alle.
- Dehnen, auslaufen, ausrollen etc. kann vor der Halle auf der Rasenfläche gemacht werden.
- Überall gilt ein Mindestabstand von 2 Metern.