

Stufenplan zur Wiederherstellung des Handballsports in der SG Börde



Bevor wir zu den einzelnen Stufen des Trainingseinstiegs kommen, hier noch einige grundlegende Punkte:

1. Dies ist ein grober Plan, der sich aufgrund der Umstände und der Vorgaben der Politik jederzeit ändern kann.
2. Wir starten das Mannschaftstraining mit der Stufe 3. Wir werden Euch informieren, sobald es Änderungen gibt bzw. wir in die jeweils nächste Stufe starten.
3. Denkt bei allen Maßnahmen daran: Die Gesundheit geht vor!
4. Nur wenn sich alle diszipliniert verhalten, können wir bald wieder den Handball erleben, den wir gewohnt sind!
5. Die angegebenen Daten zum Beginn sind keine Pflichttermine, wer Bedenken hat, kann auch später mit der jeweiligen Phase beginnen (siehe Punkt 1)!
6. Die anliegenden Trainingserfassungszettel sind bei einmalig auszufüllen. (Spieler/Trainer/Eltern)
7. Jeder Trainer muss zwingend eine Anwesenheitsdokumentation führen (wer war wann beim Training)!
8. Testen schafft Sicherheit!
Selbsttests der Schule/Arbeit sind für Kinder/Jugendliche ausreichend.
Selbsttests für Erwachsene sind NICHT Vor-Ort zu machen, sondern zu Hause.
9. Wir werden die Einhaltung der Regeln überprüfen! Wer dagegen verstößt, muss mit dem Ausschluss vom Trainingsbetrieb rechnen!
Nehmt die Maßnahmen und das Virus ernst!

Stufe 1 Autonomes/Individuelles Training - Outdoor

zugelassen

- Athletik- /Konditions-/Koordinationstraining

Stufe 2 Individuelles Training mit festem Partner - Outdoor

zugelassen

- Athletik- /Konditions- /Koordinationstraining mit Partner

Stufe 3 Mannschaftstraining Outdoor

geplanter Beginn:

ab dem 15.Mai

Bedingungen: stabiler Inzidenzwert < 100, kein Kontaktsport

Für Kinder bis einschl. 18 Jahren:

- maximale Gruppengröße bis 30 Personen bis einschl. 18 Jahre zuzüglich Trainer/Betreuer
- KEINE Zweikämpfe, ein Mindestabstand von 2,00m wird empfohlen
- Erwachsene Trainer müssen negativ getestet (Test nicht älter als 24 Stunden), geimpft oder genesen sein.
- Kinder/Jugendliche sollten negativ getestet sein (Schultestung ausreichend) oder genesen sein.

Für Erwachsene/Seniorenmannschaften:

- maximale Gruppengröße bis 30 Personen zuzüglich Trainer/Betreuer
- KEINE Zweikämpfe, ein Mindestabstand von 2,00m ist zwingend einzuhalten
- Alle Erwachsenen müssen negativ getestet (Test nicht älter als 24 Stunden), geimpft oder genesen sein.

Für ALLE:

- Hygieneregeln sind einzuhalten
- Jeder wäscht sich Vor und nach dem Training ZWINGEND die Hände
- Duschen und Umziehen erfolgt zu Hause!
- KEIN(E) Händeschütteln, Abklatschen, Umarmungen usw.
- Fahrgemeinschaften vermeiden; wenn, dann nur mit Mundschutz
- Das Tragen von Schweißbändern und schweißabweisender Funktionswäsche wird empfohlen
- Auf- und Abbau und Desinfektion von benötigten Materialien nur durch festgelegte Personen mit Schutzmaske
- Trainingserfassungsbogen (mit Ort, Datum, Uhrzeit wegen der Rückverfolgung) zwecks Rückverfolgung werden ausgefüllt
- Anwesenheit der Spieler werden vom Trainer dokumentiert (siehe Hilfsmittel: Anwesenheitsdokumentation)

Stufe 4 Mannschaftstraining Outdoor

geplanter Beginn:

ab dem 29.Mai

Bedingungen: stabiler Inzidenzwert < 100

Für Kinder bis einschl. 18 Jahren:

- maximale Gruppengröße bis 30 Personen bis einschl. 18 Jahre zuzüglich Trainer/Betreuer
- Zweikämpfe/Kontaktsport erlaubt, ein Mindestabstand von 2,00m wird empfohlen
- Erwachsene Trainer müssen getestet (Test nicht älter als 24 Stunden), geimpft oder genesen sein.
- Kinder/Jugendliche sollten negativ getestet sein (Schultestung)

Für Erwachsene/Seniorenmannschaften:

- maximale Gruppengröße bis 30 Personen zuzüglich Trainer/Betreuer
- KEINE Zweikämpfe, ein Mindestabstand von 2,00m ist zwingend einzuhalten
- Alle Erwachsenen müssen negativ getestet (Test nicht älter als 24 Stunden), geimpft oder genesen sein.

Für ALLE:

Siehe Stufe 3

Stufe 5 Wettkampfbetrieb mit Testspielen Outdoor für U19

geplanter Beginn:

ab dem 12.Juni

Bedingungen: stabiler Inzidenzwert < 50

NUR für Kinder/Jugendliche bis einschl. 18 Jahren.

Für Kinder bis einschl. 18 Jahren:

- Ermöglichung von Trainings-/Testspielen
- Trainingsbetrieb wie zuvor beschrieben
- Regelungen gelten auch für Schiedsrichter und Kampfgericht

Folgende Info zum Indoor-Training auf Grundlage des Stufenplans 2.0 des Landes.

Hierzu werden wir Euch schnellstmöglich präzisere Infos geben.

FRÜHESTENS ab dem 29.Mai, vorbehaltlich der Zustimmung der Hallenbetreiber

INDOOR

- Maßnahmen für ALLE der Stufe 3+4 gelten sinngemäß
- Für möglichst gute Durchlüftung sorgen (Notausgänge öffnen)
- Steuerung des Zutritts in die Räumlichkeiten (keine Warteschlangen)
- Desinfektion des Balles vor, während und nach dem Training
- Wurfübungen mit Torhütern sind unter Einhaltung von Desinfektionsmaßnahmen möglich

Bedingungen: stabiler Inzidenzwert < 50

Für Personen > 14 Jahre:

- Maximale Gruppengröße bis einschl. 10 Personen aus 3 Haushalten
- KEINE Zweikämpfe, ein Mindestabstand von 2,00m ist zwingend einzuhalten

Bedingungen: stabiler Inzidenzwert < 50

Für Personen < 14 Jahre:

- Training mit Körperkontakt zulässig, ein Mindestabstand von 2,00m wird empfohlen
- Erwachsene Trainer müssen getestet (Test nicht älter als 24 Stunden), geimpft oder genesen sein.
- Kinder/Jugendliche sollten negativ getestet sein (Schultestung)

Bedingungen: stabiler Inzidenzwert < 25

- Training mit Körperkontakt bis maximal 60 Personen zulässig, Zuschauerzahl beschränkt

Bedingungen: stabiler Inzidenzwert < 10

- Training mit Körperkontakt zulässig, Zuschauerzahl beschränkt

Der Vorstand