



10. Mai. 2020

Handlungsrahmen

zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes Leichtathletik

1. Der Vereinsführung obliegt die Gesamtverantwortung für die Trainingsdurchführung. Eine Liste der berechtigten Trainer*innen und Athlet*innen legen wir auf Verlangen dem Träger der Sportstätte vor. Unabhängig davon suchen wir die direkte Absprache mit der Stadt Bad Nauheim als Träger der Sportstätte.
2. Der Verein legt dem Träger der Trainingsstätte einen **Belegungsplan** vor. Der Belegungsplan muss im Vorfeld mit den anderen, die Trainingsstätte nutzenden Vereinen, abgestimmt sein. Für jede Trainingsstätte werden die zugelassenen Personen (Athlet*innen, Trainer*innen) und Trainingseinheiten dokumentiert.
3. Das **Training** ist ausschließlich **unter freiem Himmel** erlaubt. Die Nutzung des Kraftraumes und der Sporthallen ist nicht zugelassen.
4. Die **Anreise** zum Training sollte nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln erfolgen (ggf. Maskenpflicht beachten). Auf Fahrgemeinschaften ist ebenfalls zu verzichten. Eine individuelle Anreise ist empfohlen.
5. Trainingseinheiten werden unter **Ausschluss der Öffentlichkeit** absolviert. Eltern oder andere Angehörige haben keinen Zutritt zur Trainingsstätte.
6. **Es können nur Personen das Training aufnehmen, die die folgenden Bedingungen erfüllen - gilt für jedes Training und auch für Trainer!**
 - a) Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV-Infektion (Husten, Halsweh, Fieber/erhöhte Temperatur, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen).
 - b) Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen.
 - c) In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet worden ist.
 - d) In allen anderen Fällen ist die Teilnahme am Training und der Aufenthalt auf der Trainingsstätte untersagt. Über das weitere Vorgehen hat der behandelnde Arzt zu entscheiden.
7. Zu den Trainingseinheiten kommen die Athlet*innen in Trainingskleidung und gehen **DIREKT** zur Trainingsfläche. **Umkleiden und Duschen bleiben geschlossen.**
8. Das Training ist so zu organisieren und durchzuführen, dass zwischen den einzelnen **Trainingsgruppen** ein freizuhaltender **Mindestabstand von 30m** eingehalten werden kann.

9. **IMMER UND ÜBERALL** ist ein Mindestabstand von **2 m zwischen den Personen einer Trainingsgruppe** einzuhalten - auch bei allen Trainingsübungen!
10. Trainingsgruppen können die Trainingsflächen erst betreten, wenn die vorherige Trainingsgruppe die Sportanlage verlassen hat. Zwischen den einzelnen **Trainingsgruppen** darf **kein Kontakt** stattfinden
11. Das Training findet nur in den definierten **Trainer-/Athleten-Gespannen (max. 1:10)** auf den zugewiesenen Trainingsflächen statt (siehe Belegungsplan)
12. **Alle** Teilnehmer*innen am Training halten die **allgemeinen Hygienemaßnahmen** und Vorgaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung streng ein (siehe Hygienetipps).
13. „**Begrüßungsrituale**“ (Handschlag, Umarmung etc.) sind zu **unterlassen**.
14. Die Toilettenanlagen sind unter Beachtung der Abstands- und Hygieneregeln nutzbar. Die Bereitstellung von ausreichend desinfizierender Seife sowie nicht wiederverwertbaren Papierhandtüchern liegt in der Verantwortung des Trägers der Sportstätte. Hier haben wir als Verein nur bedingten Einfluss.
15. Beim **Lauftraining** ist bei hintereinander laufenden Athleten*innen ein **Abstand** von **15m** einzuhalten („Tröpfchenwolke“). Um das Überholen zu ermöglichen, muss immer eine Bahn freigehalten werden, um den 2m Abstand einhalten zu können.
16. **Trainingsgeräte** (Kugeln/Diskus/Speer und sonstige Trainingsutensilien etc.) werden in der Trainingseinheit jedem einzelnen Athleten **zugeordnet** und durch keinen anderen Athleten genutzt. Dieser hat die **Geräte** nach dem Training zu **desinfizieren**. Staffeltraining ist durch die gemeinsame Nutzung eines Gerätes nicht möglich.
17. Das **Auflegen der Latte** hat ausschließlich durch den/die Trainer/in zu erfolgen; ebenso das **Aufstellen der Hürden** oder das Einebnen der Weitsprunggrube. Derzeit werden wir aber kein Hoch- und Stabhochsprung-Training durchführen, da auch die Aufsprungmatte desinfiziert werden müsste.
18. Die Nutzung von **Matten** der Sportstätte für die Gymnastik, die Mobilisation und das Stabilisationstraining ist untersagt. Alle Teilnehmer nehmen hierfür eigene **Handtücher** oder Isomatten mit in das Training.
19. **Nach dem Training** fahren/gehen die Athlet*innen **DIREKT** nach Hause, kein Duschen auf der Sportanlage. Alle benutzten **Sportgeräte** sind zu **desinfizieren**. Wir sorgen dafür, dass Hygienemittel (Geräte- und Händedesinfektion) vor Ort sind. Wir empfehlen zusätzlich, dass jeder Trainer/ Athlet ein eigenes **Händedesinfektionsmittel** mit sich führt.
20. Den Trainer*innen wird das Tragen eines **Mund- und Nasenschutzes** empfohlen.
21. Athlet*innen, die sich nicht an diese Regeln halten, werden vom Training ausgeschlossen. Dies liegt in der Entscheidung des/r Trainers/Trainerin. Eltern werden davon schriftlich in Kenntnis gesetzt.
22. Für **Lauftreffs** gelten weiterhin die Kontaktbeschränkungen für Freizeitaktivitäten. Das bedeutet, dass nur 2 Personen aus unterschiedlichen Wohngemeinschaften oder 2 Familien aus 2 Wohngemeinschaften gemeinsam laufen dürfen. Die Abstandsregeln müssen beachtet werden.