

# Handball-Club Mainz-Gonsenheim e.V.



Hygienevorgaben für den Trainingsbetrieb in den vom HC Gonsenheim genutzten Hallen der Stadt Mainz und im Freien.

Hygienevorgaben für den Spielbetrieb in der „Sporthalle am großen Sand“ der Stadt Mainz

Liebe Spieler/innen, Trainer/innen,

Stand: 15.10.2021

ab dem 24.06.2020 ist das Training in Sporthallen der Stadt Mainz wieder erlaubt. Dies ist nur unter **Einhaltung** der allgemein gültigen **Abstandsregelung** und unter besonderer Beachtung der **Hygiene** gestattet.

Wir trainieren mit allen Mannschaften in der „Sporthalle am großen Sand“, in der „Sporthalle Weserstraße“ und in der Sporthalle der Kanonikus-Kir-Realschule Plus. Für den Sport im Freien steht uns der Sportplatz des Otto-Schott-Gymnasiums zur Verfügung.

Grundlage ist die aktuelle Corona-Bekämpfungsverordnung von RLP, das Schreiben der Stadt Mainz „Vorgaben für das Training in den Sporthallen der Stadt Mainz gemäß der derzeit geltenden Corona-Bekämpfungsverordnung“, das Hygienekonzept des LSB RLP, die „Leitplanken für den Hallensport“ des DOSB, die sportartspezifischen Grundlagen des DHB (Präsentation: „Return to Play im Amateursport“ & „Return to Court“) und die Vorgaben des Handball-Verband Rhein Hessen.

Personen, die zur Risikogruppe gehören oder regelmäßigen Kontakt mit Risikogruppen haben, sollten weiterhin autonomes Sporttreiben bevorzugen.

## Vorgaben Sporthalle „Am großen Sand“

Die Sporthalle „Am großen Sand“ darf nur über den Notausgang (Flügelür Parkplatz) betreten werden. Verlassen wird die Halle über den Ausgang der mittleren Kabinen. Vor dem Verlassen der Sporthalle „Am großen Sand“ sind die beiden unteren Flügelüren (Notausgang) zum Lüften (mind. 5 Minuten) vollständig zu öffnen. Toiletten (in den mittleren Kabinen) müssen nach jeder Benutzung vom Benutzer desinfiziert werden. Dazu steht Sprühdesinfektion bereit. Die Hände sind danach mit flüssiger Handseife zu reinigen. Zum Duschen nach dem Training sollte sich die Mannschaft in den beiden mittleren Kabinen verteilen und nur jede zweite Dusche nutzen. Der Aufenthalt in den Umkleidekabinen und Duschen ist auf ein Minimum zu reduzieren und die Halle ist schnellstmöglich zu verlassen.

## Vorgaben Sporthalle „Weserstraße“

Die Sporthalle „Weserstraße“ wird über den Eingang an den Fahrradständern betreten. Verlassen wird die Halle über den Ausgang in der Garage. Nach dem Training sind die oberen Fenster zum Lüften (mind. 5 Minuten) vollständig zu öffnen. Toiletten müssen nach jeder Benutzung vom Benutzer desinfiziert werden. Dazu steht Sprühdesinfektion bereit. Die Hände sind danach mit flüssiger Handseife zu reinigen. Zum Duschen nach dem Training sollte sich die Mannschaft in mehrere Kabinen verteilen und nur jede zweite Dusche nutzen. Der Aufenthalt in den Umkleidekabinen und Duschen ist auf ein Minimum zu reduzieren und die Halle ist schnellstmöglich zu verlassen.

# Handball-Club Mainz-Gonsenheim e.V.



## Sporthalle der Kanonikus-Kir-Realschule Plus

Die Sporthalle wird über den vorderen Eingang auf dem Schulhof betreten und verlassen. Die nächste Trainingsgruppe wartet an der runden Tischtennisplatte bis die vorherige Trainingsgruppe die Halle vollständig verlassen hat. Toiletten müssen nach jeder Benutzung vom Benutzer desinfiziert werden. Dazu steht Sprühdeseinfektion bereit. Die Hände sind danach mit flüssiger Handseife zu reinigen. Zum Duschen nach dem Training sollte sich die Mannschaft in mehrere Kabinen verteilen und nur jede zweite Dusche nutzen. Der Aufenthalt in den Umkleidekabinen und Duschen ist auf ein Minimum zu reduzieren und die Halle ist schnellstmöglich zu verlassen.

## Vorgaben für den Sport im Freien

Alle Regelungen gelten auch für das Sporttreiben im Freien und auf Außensportanlagen! Besonders auf die Personenanzahl von 30 ist zu achten. Bei der Benutzung von Außensportanlagen ist von den Hygienebeauftragten besonders darauf zu achten, dass die Kontaktflächen (Türklinken, etc.) nach jeder Trainingseinheit desinfiziert werden.

## Allgemeine Vorgaben für den Trainingsbetrieb

Jeder Sportler/in (ab 6 Jahren), Trainer/in, Übungsleiter/in muss beim Betreten der Sporthalle einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Dieser darf erst auf der Tribüne (Sporthalle „Weserstraße“/KKR-Bänke) abgenommen werden. Vor Betreten der Sporthalle muss sich jeder Sportler/in die Hände desinfizieren. Es ist darauf zu achten, dass sich kein Stau beim Betreten und Verlassen der Sporthalle bildet und der Mindestabstand eingehalten wird. **Desweiteren muss jede/r Spieler/in ab 12 Jahren einen negativen Test vorweisen. Dies gilt nicht für Schüler/innen (Nachweis erforderlich!). Möglich sind: ein PoC Antigentest (Schnelltest), dessen Ergebnis max. 24 Std alt und bescheinigt sein muss oder ein Selbsttest, der vor dem Betreten der Halle in Anwesenheit des Trainers durchgeführt werden muss. Dies muss dokumentiert werden und der Trainer muss geschult sein einen Selbsttests anzuleiten. Jeder Test muss mit Uhrzeit, Datum und Namen jeder einzelnen Person zu zuordnen sein. Die Testpflicht entfällt bei geimpften oder genesene Personen. (Nachweis erforderlich)**

Auf der Tribüne (Sporthalle „Weserstraße“/KKR-Bänke) können die persönlichen Sachen abgelegt werden. Auch hier ist besonders auf dem Mindestabstand zu achten. Jeder Sportler/in sollte in entsprechender Sportkleidung erscheinen, sodass nur die Schuhe gewechselt werden. Getränkeflaschen sind selbstständig von zuhause mitzubringen und dürfen nur selbst verzehrt werden.

Die Sporthalle darf immer nur von einer neuen Trainingsgruppe betreten werden, wenn die vorherige Trainingsgruppe die Halle vollständig verlassen hat.

Zuschauer (beispielsweise Eltern oder andere Verwandte) müssen ebenfalls bis zur Tribüne einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Auf der Tribüne ist der Mindestabstand von 1,5m einzuhalten. Das Kontakterfassungsformular ist auszufüllen und dem Übungsleiter/Trainer auszuhändigen. Außerdem müssen auch diese Zuschauer in die Anwesenheitsliste eingetragen werden. Die Personenzahl von 50 darf nicht überschritten werden.

Jede Trainingsgruppe hat 2 Hygienebeauftragte, welche sich vor Ort befinden, zu benennen. Diese haben die Aufgabe nach jeder Trainingseinheit Kontaktflächen (z.B. Türklinken) mit einem fettlösenden Haushaltsreiniger zu reinigen oder mit einem mindestens begrenzten viruziden Mittel zu desinfizieren.

Nach Beendigung des Trainings ist die Sporthalle immer sofort zu verlassen.

**TRAINING UND DOKUMENTATION** Zum Zeitpunkt des Trainings dürfen sich bis zu 50 Sportler/innen inklusive Trainer/Übungsleiter in der Halle befinden. Bei Überschreitung der Personenanzahl ist der Abstand (3m) einzuhalten und der Trainer/Übungsleiter darf nur von der Seitenlinie aus Anweisungen

# Handball-Club Mainz-Gonsenheim e.V.



geben, betritt er das Spielfeld, muss er einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Die Trainingsgruppen müssen sich nicht mehr aus denselben Sportler/innen und Trainer/innen zusammensetzen, dürfen allerdings nicht an einem Tag gemischt werden. Eine Anwesenheitsliste muss weiterhin für jede Trainingseinheit geführt werden und ist mind. 4 Wochen aufzubewahren. Folgende Kontaktdaten sind von allen Sportlern/innen aufzunehmen: Name, Vorname, Anschrift, Telefonnummer.

**SICHERHEITSABFRAGE** Die Sicherheitsabfrage muss durch den Trainer/Übungsleiter vor jedem Training mind. in mündlicher Form durchgeführt werden: *Sind bei einem Sportler/in oder innerhalb dessen Haushalt Krankheitssymptome wie Husten, Schnupfen, Heiserkeit, Fieber, Atemnot, Muskelschmerzen, Müdigkeit, Kopfschmerzen oder Durchfall aufgetreten?* Ist dies der Fall, darf der Sportler/in nicht am Training teilnehmen. Nach einem positiven Coronavirus-Test eines Sportlers/in oder innerhalb dessen Haushalt darf der Sportler/in 14 Tage lang nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen.

**REISENDE AUS RISIKOGEBIETEN** Wer sich in einem vom Robert-Koch-Institut ausgegebenen Risikogebiet befunden hat, darf für 14 Tage nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen. Ein negatives Testergebnis kann vorgelegt werden.

**KÖRPERKONTAKT** Athletik- und/oder Techniktraining sowie handballspezifisches Training mit Zweikämpfen mit Vor- Ort-Anleitung durch Trainer/in ist erlaubt.

Das Tragen von Schweißbändern zur Absorption von Schweiß von den Handflächen/ der Stirn wird empfohlen.

Jeglicher unnötige Körperkontakt wie Handshake, Abklatschen oder Umarmen sollte weiterhin unterlassen werden.

**ABSTANDSREGELUNG** Vor und nach der Trainingseinheit und auch in den Pausen ist auf den Mindestabstand zu achten.

**NUTZUNG VON MATERIALIEN** Das Risiko einer Infektion durch Ballberührung, scheint laut Einschätzung der Experten, gering. Pass- und auch Wurfübungen können demnach durchgeführt werden (Info DOSB). Jeder Spieler sollte seinen eigenen Ball mitbringen bzw. sollte ihm ein Ball zugewiesen werden. Die Bälle sind vor, während (in den Pausen) und nach dem Training zu desinfizieren.

Ansonsten sollen die Sportler/innen, sofern möglich, ihr eigenes Material nutzen. Trainingsmaterial wie Hütchen, Koordinationsleiter etc. dürfen nur vom Trainer/in angefasst und müssen vor und nach jeder Benutzung gereinigt werden. Es sollte allerdings auf den Einsatz von Materialien zur Nutzung durch mehrere Personen weitestgehend verzichtet werden.

**RICHTIGES HUSTEN UND NIESEN** Um keine Krankheitserreger weiterzuverbreiten und andere vor Ansteckung zu schützen ist eine Hust- und Niesetikette unbedingt einzuhalten.

**UNFALL/VERLETZUNG** Im Falle eines Unfalls/Verletzung sollten sowohl Ersthelfer, als auch Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz tragen.

**KEINE ANWESENHEITSPFLICHT** Jede/r Sportler/in kann selbst entscheiden ob er/sie an dem Training teilnimmt. Es darf keine Pflicht von Seiten des Trainers bestehen!

Im Verdachtsfall bzw. einer Ansteckung eines Gruppenmitglieds an COVID-19 muss der Trainingsbetrieb unverzüglich eingestellt und Absprachen bezüglich der Weiterführung mit den örtlichen Anlaufstellen – Gesundheitsämter oder hausärztliche Praxen – geführt werden. Bis eine Infektion ausgeschlossen bzw. bestätigt wird, sollte der Trainingsbetrieb dieser Mannschaft nicht fortgesetzt werden.

Bei akuten Krankheitsbeschwerden bzw. Symptomen die auf eine COVID-19 Infektion hinweisen oder bei Kontakt zu einer infizierten Person ist die Teilnahme an einer Trainingsgruppe untersagt!