



# Hygieneplan für die Durchführung des Trainingsbetriebs des Hockey Club Göttingen in Zeiten des Corona Virus

Liebe Mitglieder, liebe Eltern,

nachfolgend findet Ihr die Richtlinien des Vereins, um den Trainingsbetrieb in diesen Zeiten zu gewährleisten. Dabei haben wir uns eng an den Richtlinien des DOSB und des DHB orientiert. Aus der Dokumentationspflicht heraus, müssen alle am Training teilnehmende Personen dieses Dokument gelesen haben. Dafür würden wir Euch bitten diese Seiten am Ende des Dokuments zu unterschreiben und per Mail an den Verein zu senden. Vielen Dank für eure Mithilfe!

Eingangs seien noch ein paar grundlegende Richtlinien erwähnt:

- Die geltenden Hygienevorschriften sind einzuhalten
- Bei Krankheitszeichen ist es dringend notwendig dem Training fern zu bleiben.
- Sollte in eurer Familie ein Corona-Fall auftreten, ist dies unverzüglich dem Verein zu melden.
- Sollte bei den Trainern oder bei den Spielern\*innen ein Corona-Fall auftreten, werden wir sehr schnell und transparent darauf reagieren.
- Der geltende Mindestabstand von 2,0 Metern ist zu allen am Trainingsbetrieb beteiligten Personen einzuhalten.
- Die Corona-Beauftragten des Hockey Club Göttingen sind:  

<b>Johann Steps</b>	<a href="mailto:hcgottingenhygiene@gmail.com">hcgottingenhygiene@gmail.com</a>
Claudia Dillen	<a href="mailto:presswart@hcgottingen.de">presswart@hcgottingen.de</a>
Dirk Damm	<a href="mailto:1.vorsitzender@hcgottingen.de">1.vorsitzender@hcgottingen.de</a>
- Bitte wendet euch proaktiv an die Beauftragten.
- Die Corona-Beauftragten müssen nicht ständig auf der Anlage sein. Diese Beauftragten sollten, sofern notwendig, die Mitglieder aber auf die Einhaltung der Regeln hinweisen.

Im Anhang findet ihr noch angehängt die 10 Leitplanken des DOSB sowie Hygiene-Tipps

## Durchführung des Trainings

- **Es ist eine Voranmeldung zum Training erforderlich.**  
Diese dient einmal zur genauen Planung des Trainings, als auch zur Dokumentation der am Training teilnehmenden Personen. **Die Voranmeldung geht an die jeweiligen Trainer.**
- Es werden bereits im Vorfeld Trainingsgruppen eingeteilt.
- Die Zuteilung der Kleingruppen erfolgt durch den Trainer und sollte bis auf weiteres nicht getauscht werden.
- Bitte zieht euch schon zu Hause um, Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen
- Zuschauer am Platz sind derzeit nicht erlaubt.
- Eltern sollen ihre Kinder auf dem Parkplatz abgeben und nicht zum Platz bringen, max. 15 Minuten vor Trainingsbeginn da sein.
- Um einen kontaktlosen Wechsel der Trainingsgruppen zu ermöglichen, wird zwischen jeder Trainingsgruppe ein Puffer von 15 Minuten eingerichtet (siehe Trainingsplan)
- Das Betreten und Verlassen des Platzes und der Anlage muss auf direktem Weg, unter Einhaltung der Abstandsregeln, erfolgen.
- Die am Training teilnehmenden Personen werden namentlich erfasst und zwei Wochen, für eine etwaige Nachverfolgung von Infektionsketten, vorgehalten.
- Wasserflaschen und Taschen auf markiertem Bereich abstellen.
- Vor dem Trainingsbeginn erfolgt die Desinfektion der Hände.
- Händeschütteln und Umarmungen sind strengstens verboten.
- Lautes Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden nicht genutzt.
- Es wird in Kleingruppen (bis zu fünf Personen) kontaktlos trainiert.
- Pro Viertelfeld trainieren maximal fünf Personen.
- Die Trainingsinhalte sind begrenzt auf kontaktlose Inhalte.
- Die Bälle werden nicht von den Jugendspieler\*innen, sondern erst nach jedem Training von den Trainern\*innen aufgesammelt.
- Gleiches gilt für weitere Trainingsmaterialien.
- Toiletten, Duschen und Umkleidekabinen (Sporthalle) bleiben geschlossen.
- Die Trainer überwachen die Einhaltung der Regeln.
- Bitte haltet euch an die obigen Anweisungen.
- Grobes und mutwilliges Fehlverhalten zieht einen Trainingsausschluss nach sich.



**Hiermit bestätige ich, den „Hygieneplan für die Durchführung des Trainingsbetriebs des Hockey Club Göttingen in Zeiten des Corona Virus“ gelesen zu haben und mit den Regelungen einverstanden bin.**

---

Name des Spielers / Spielerin

---

Datum und Unterschrift des Spielers / Spielerin bzw. eines Elternteils



## **Die zehn Leitplanken des DOSB**

### **Distanzregeln einhalten**

Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.

### **Körperkontakte müssen unterbleiben**

Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z. B. in Spielsportarten, sollte unterbleiben. In Zweikampfsportarten kann nur Individualtraining stattfinden.

### **Mit Freiluftaktivitäten starten**

Sport und Bewegung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten, im Freien durchgeführt werden.

### **Hygieneregeln einhalten**

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden. In einigen Sportarten kann der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll sein.

### **Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen**

Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird vorerst ausgesetzt. Die Gastronomiebereiche bleiben geschlossen, ebenso wie die Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume.

### **Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen**

In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans. Zudem ist auf touristische Sportreisen zu verzichten.



### **Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen**

Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Die Bundesregierung hat es Vereinen kurzfristig gestattet, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen in den Vereinen untersagt. Nicht gestattet sind zunächst auch sportliche Wettbewerbe.

### **Trainingsgruppen verkleinern**

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training (bis zu fünf Personen), die im Optimalfall dann 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.

### **Angehörige von Risikogruppen besonders schützen**

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Individualtraining kann eine Option sein.

### **Risiken in allen Bereichen minimieren**

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

In der Version vom 28. April 2020