



SolingenVolleys e.V.: **Handlungsempfehlungen zur Ausübung des Trainingsbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie**

Ab dem 15. Mai 2020 öffnen die Beachvolleyballfelder im Ittertal. Beachvolleyball findet unter freiem Himmel statt und wird auf einem 128 m² großen Feld gespielt, welches durch ein Netz getrennt ist. Im Ittertal haben wir 4 Felder, die genaue Nutzung obliegt dem „[Verein Ittertal](#)“. Alle Infos bezüglich der Nutzung folgen ab dem 15.5.2020.

Die Sporthallen können ab dem 30.5.2020 genutzt werden. Bei den Hallen soll bitte darauf geachtet werden, dass Training in größeren Hallen stattfindet sollte. Sollte es eine Einfach-Halle sein, muss auf eine ausreichende Belüftung geachtet werden. Ist dies nicht möglich, muss der Trainingsbetrieb weiterhin ruhen.

Alle Trainingseinheiten unterliegen den folgenden Regeln:

Allgemein:

- Kein Spieler/Trainer, der Symptome von Corona zeigt, darf am Training teilnehmen
- Typische Krankheitssymptome sind Fieber, trockener Husten, Geruchs- sowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, leichter Durchfall, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit

Risikogruppe:

Insbesondere bei nachfolgenden Vorerkrankungen besteht – unabhängig vom Lebensalter – grundsätzlich ein erhöhtes Risiko für einen schwereren Krankheitsverlauf bei einer Infektion mit dem Corona-Virus (COVID-19):

1. Therapiebedürftige Herz-Kreislauf-Erkrankungen (z. B. coronare Herzerkrankung, Bluthochdruck)
2. Erkrankungen der Lunge (z. B. COPD, Asthma bronchiale)
3. Chronische Lebererkrankungen
4. Nierenerkrankungen
5. Onkologische Erkrankungen
6. Diabetes mellitus
7. Geschwächtes Immunsystem (z. B. auf Grund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder durch regelmäßige Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr beeinflussen und herabsetzen können, wie z. B. Cortison).

Allen Personen (Spieler*innen und Trainer*innen) ist das Training während der Epidemie untersagt.

Regeln für den Spieler:

- Die Spieler*innen kommen bereits umgezogen zum Training und reisen alleine, keinesfalls in Fahrgemeinschaften, an
- Alle Spieler*innen müssen ein eigenes Hand-Desinfektionsmittel, ein eigenes Handtuch sowie Seife zur Handreinigung mitbringen
- Während des Trainings sollte das Gesicht nicht berührt werden
- Die Spieler*innen entscheiden, ob ein Mund/Nasen-Schutz während der Trainingseinheit getragen wird

Regeln für Trainer*innen:

- Die Trainer*innen achten auf die Handhygiene und unterstützen insbesondere die jüngeren Spieler*innen dabei
- Das Training findet maximal mit vier Sportlern und dem jeweiligen Trainer statt. Die Namen werden für jede Trainingseinheit im Protokoll vermerkt. Die Trainingsgruppengröße bleibt auch nach dem 30.5.2020 innerhalb der Halle bestehen
- Das Training ist so zu planen, dass ein Abstand von mindestens 2 m immer eingehalten wird (siehe Regeln auf dem Spielfeld)
- Es empfiehlt sich, als Trainer einen Mund/Nasen-Schutz zu tragen
- Jede Trainer *in lässt sich die Kenntnisnahme dieser Handlungsempfehlungen unterschreiben (Anhang „Bestätigung der Handlungsempfehlung“). Dieses Formular wird in der Geschäftsstelle der SolingenVolleys e. V. und als Download auf unsere Webseite hinterlegt
- Die Bälle werden nach dem Training desinfiziert oder dürfen danach für eine Woche nicht benutzt werden



Regeln außerhalb des Spielfeldes und des Spielablaufes:

- Vor und nach der Sporteinheit müssen die Hände desinfiziert werden
- Duschen bleiben geschlossen
- Die Toiletten-Räume werden nur einzeln betreten
- Während des gesamten Trainings gibt es keinen Körperkontakt zu anderen Spielern oder Betreuern, auch nicht zur Begrüßung
- Auf jeder Spielfeldhälfte (64 m²) stehen maximal zwei Spieler
- Auf dem gesamten Spielfeld (128 m²) stehen maximal vier Spieler, die durch das Netz getrennt sind
- Zwei Spieler bilden ein Team über die gesamten Sporteinheiten
- Der Trainer steht mindestens mit 2 m Abstand außerhalb des Spielfeldes zur Spielfeldumrandung
- Es werden immer dieselben Bälle für eine Sportgruppe verwendet
- Die Trainingsgruppen benutzen immer dieselben Bälle für ihr Training!
- Geselliges Ausklingen oder ein Abschlussgetränk sind untersagt!
- Nach dem Training verlassen die Spieler*innen umgehend die Halle/das Beachvolleyballfeld und fahren nach Hause

Regeln auf dem Spielfeld:

- Zwischen zwei Spielern auf einer Feldhälfte gibt es immer genügend Abstand, dies ist im Beachvolleyball möglich. Es gibt keinen Körperkontakt
- Es gibt kein Blockspiel, somit wird ein Aufeinandertreffen der Spieler*innen im Netzbereich vermieden
- Die Übungsformen werden so aufgebaut, daß ein Aufeinandertreffen von Spieler*innen in der Nähe des Netzes von beiden Teams gleichzeitig vermieden wird
- Es wird auf ein gezieltes Spielen/Anspielen geachtet, ohne in die Gefahr zu kommen, den geforderten Abstand nicht einzuhalten
- Spielzüge/Spielketten über mehrere Stationen sind immer nur mit genügend Abstand zum Partner erlaubt
- Die Sporteinheit zielt auf Bewegungswiederholungen (Technik) sowie das Verstehen von taktischen Maßnahmen ab
- Es werden keine wettkampfgemäßen Spiele 2 gegen 2 durchgeführt, alle Spielformen 2 gegen 2 oder 1 gegen 1 sind nur ohne Blockaktionen am Netz erlaubt
- 1 gegen 1-Spiele (Spieler sind durch das Netz getrennt) sind nur ohne Block erlaubt