



CVJM Arzberg e.V. • Am Olatsberg 5 • 95659 Arzberg

Sportabteilung des CVJM Arzberg e.V.

Arzberg, 10.06.2020

Liebe Mitglieder unserer Sportabteilungen,

sicherlich fiebert ihr alle schon dem Moment entgegen, an dem ihr das Training in der Halle wie gewohnt wieder aufnehmen könnt. Leider ist es bis dahin noch ein langer Weg. Am 26. Mai 2020 hat das bayerische Kabinett weitere Lockerungen, den Sportbereich betreffend, beschlossen. Diese gelten für den CVJM Arzberg e.V. ab Montag, 14.06.2020.




**Ein Training in der Halle ist demnach sowohl für Volleyball als auch für Handball im Moment noch nicht möglich, d.h. der Trainingsbetrieb kann unter bestimmten einzuhaltenden Voraussetzungen nur im Freien stattfinden!**

Eine Kurzfassung des BLSV zu den gelockerten Bedingungen findet Ihr nachfolgend:

## Infektionsschutzmaßnahmen für Sportvereine

4. Bayer. Infektionsschutzmaßnahmenverordnung (BayIfSMV)



	<b>VERBOTEN IST...</b>	<b>Betrieb von Sporthallen, Sportplätzen, Sportanlagen und Sporteinrichtungen und deren Nutzung → siehe § 9, (1) 1 *</b>
	<b>ERLAUBT IST...</b>	<b>Trainingsbetrieb von Individualsportarten im Breiten- und Freizeitbereich – aber nur unter den folgenden Voraussetzungen → siehe § 9, (1) 2 *</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ausübung an der frischen Luft</li><li>• Sport im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen oder privaten Freiluftsportanlagen (= Vereinssportanlagen)</li><li>• Ausübung allein oder in kleinen Gruppen von bis zu fünf Personen</li><li>• Kontaktfreie Durchführung</li><li>• Keine Nutzung von Umkledekabinen und Nassbereichen</li><li>• Konsequente Einhaltung der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen</li><li>• Vermeidung von Warteschlangen beim Zutritt zu Anlagen</li><li>• Keine Nutzung von Gesellschafts- und Gemeinschaftsräumen an den Sportstätten</li><li>• Keine besondere Gefährdung von anderen Personen durch die Aufnahme des Trainingsbetriebes</li><li>• Keine Zuschauer</li></ul>
	<b>ZU BEACHTEN SIND...</b>	<b>Folgende Bestimmungen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Allgemeines Abstandsgebot (mind. 1,5 Meter) → siehe § 1, (1) *</li><li>• Vereinsräume, Tagungs- und Veranstaltungsräume, Fitnessstudios sowie Tanzschulen sind geschlossen zu halten → siehe § 11 *</li><li>• Gastronomiebetriebe jeder Art sind untersagt → siehe § 13 *</li><li>• Ordnungswidrig handelt, wer vorsätzlich oder fahrlässig Sporthallen, Sportplätze, Sportanlagen oder Sporteinrichtungen betreibt oder nutzt → siehe § 21 *</li><li>• Diese Verordnung gilt vom 11. Mai 2020 bis zum Ablauf des 7. Juni 2020 → siehe § 24 *</li></ul>

Wir haben aus den Richtlinien und Empfehlungen des BLSV, des Bayerischen Volleyballverbands und des Bayerischen Handballverbands ein Regelwerk zusammengefasst, weisen jedoch darauf hin, dass dieses nur als Empfehlung gilt und sich jeder Trainer, Übungsleiter, Betreuer oder Aktive in Zweifelsfällen auf den Seiten der Bayerischen Staatsregierung, des BLSV bzw. dem BVV oder

Anschrift: CVJM Arzberg e.V., Am Olatsberg 5, 95659 Arzberg – cvjm-arzberg@gmx.de / www.cvjm-arzberg.de

Registergericht: Amtsgericht Hof, Registernummer: 10491

Vorstand: Christian Hinz (1. Vorsitzender), Alexander Schnabel (stellv. Vorsitzender), Roland Werner (stellv. Vorsitzender), Andreas Martin (Schriftführer), Horst Eckstein (Kassenwart)

Bankverbindung: Sparkasse Fichtelgebirge: IBAN: DE61 7805 0000 0620 5770 72, BIC: BYLADEM1HOF

BHV selbst informieren muss! Sollten von offizieller Seite neue Regelungen verlautbart werden, so ist auf eine Freigabe durch die Vorstandschaft zu warten.

### **Voraussetzungen und Rahmenbedingungen**

Folgende Punkte müssen vorab geklärt sein, um ein Training im Breiten- und Freizeitsport aufnehmen zu können:

- Genehmigung des Trainingsbetriebs durch den Vorstand des Hauptvereins
- Genehmigung des Trägers von den zu nutzenden Freiluft Sportanlagen
- Benennung eines Corona-Beauftragten im Verein

### **TIPPS ZUR TRAININGS-ORGANISATION**

#### **Gesundheitszustand/ Minimierung von Risiken**

- Allen Sportlern einer Sportgruppe sollte ein Informationsbogen zum Thema Hygiene, Gefahren und den aktuellen Empfehlungen des RKI zur Verfügung gestellt und nach eingehender Prüfung von diesen unterzeichnet werden.
- Keine Trainingsbeteiligung von Risikogruppen.
- Nutzung des gesunden Menschenverstandes
- Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt aufsuchen: Husten, Halsweh, Schnupfen, erhöhte Körpertemperatur/ Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome, Durchfall, Geruchs- oder Geschmacksverlust, Kontakt innerhalb der letzten 14 Tage zu einer oder mehreren Personen, bei denen ein Verdacht auf eine SARS Covid-19-Erkrankung vorliegt oder bestätigt wurde. Im Falle eines Verdachts müssen sich die Mitglieder an die verantwortlichen Stellen –Gesundheitsämter, hausärztliche Praxen oder per Telefon unter 116117 - wenden und sich ggf. auf COVID-19 testen lassen.
- Das gleiche Vorgehen gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen
- Bei einem positivem Test auf das Corona-Virus (COVID-19) im eigenen Haushalt muss die betreffende Person 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.
- Bestehen in Bezug auf ein Training oder eine spezielle Übung ein ungutes Gefühl und/oder Unsicherheit über mögliche Risiken, sollte darauf verzichtet werden.
- Die etwaige Risikogruppen-Zugehörigkeit der teilnehmenden Personen ist im Vorfeld unbedingt zu klären.
- Auch für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Training von großer Bedeutung. Umso wichtiger ist es, ganz besonders für sie das Risiko bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

## Organisatorische Grundlagen

- Durchführung aller Trainingseinheiten ausschließlich Outdoor.
- Keine Nutzung von Räumlichkeiten.
- Abstandsregelung von 1,5 Metern zu anderen Teilnehmern (kontaktfreie Durchführung).
- Einhaltung der Gruppengröße 5 (inklusive Trainer).
- Die Kleingruppen sollten sich immer aus denselben Sportler\*innen und Trainer\*innen zusammensetzen und dokumentiert werden. Eine Durchmischung von Kleingruppen und auch der Trainer\*innen ist zu vermeiden.
- Nutzung ausschließlich von eigenen Trainingsmaterialien (Ball)
- Einverständniserklärung der Eltern bei Trainingsbetrieb von Minderjährigen.
- Keine Zuschauer oder Begleiter (Eltern).
- Benennung eines Ansprechpartners („Corona-Beauftragter“) im Verein. Die betreffende Person dient als Koordinator für sämtliche Anliegen und Anfragen zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs.
- Unterweisung aller Trainer, Betreuer und Spieler in die Vorgaben zum Trainingsbetrieb, die Maßnahmen des Vereins und des verantwortungsvollen Umgangs damit. Die getroffenen Regeln und Hygienevorschriften werden zudem gut ersichtlich am Eingang ausgehängt und sollten am besten allen vorab zur Verfügung gestellt werden, zum Beispiel in einem Rundbrief per E-Mail, o.ä.
- Anwesenheitslisten führen, um etwaige Infektionsketten besser nachverfolgen zu können (Name, Vorname, Tel., E-Mail, Ankunft, Abreise, (Beachvolleyball ggf. Court-Nr.), Unterschrift).
- Check-Listen aller Teilnehmer (Trainer, Betreuer, Spieler) zur Abfrage von Symptomen führen.
- Regelung der Archivierung.

An Betreiber von öffentlichen oder privaten Freiluftsportanlagen:

- Es muss sichergestellt sein, dass der Trainingsbetrieb in der jeweiligen Kommune behördlich gestattet ist. Spricht hierzu vor Aufnahme des Trainingsbetriebs mit Euren zuständigen Kreisverwaltungsbehörden.
- Bei Nutzung des Sportgeländes durch mehrere Vereine/Gruppen sollte frühzeitig eine gemeinsame Vereinbarung über den Umgang und das Verhalten auf dem Sportgelände getroffen werden. Zwischen zwei Trainingseinheiten verschiedener Gruppen wird eine Pufferzeit von 10 Minuten eingeplant, um ein Aufeinandertreffen der Gruppen zu vermeiden.
- Erstellung einer Zugangsregelung mit 20 Minuten Differenz zur nächsten Gruppe (Vermeidung von Warteschlangen).
- Bereitstellung eines Zuständigen zur Einlasskontrolle (Mundschutz).

## **An- und Abreise**

- Die Teilnehmer reisen möglichst zu Fuß, mit dem Fahrrad oder in privaten PKW einzeln in Sportkleidung an. Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden.
- Ankunft am Sportgelände frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn.
- Bringen und Abholen von Kindern nur bis zum bzw. ab dem Sportgelände.
- Alle Teilnehmer kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen.
- Begleitpersonen sollten dem Training möglichst nicht beiwohnen. Ansonsten ist auf Einhaltung der Abstandsregeln zu achten.
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause.
- Bei einer Abreise mit dem PKW erfolgt nach dem Training der Wechsel von durchnässten oder verschwitzten Kleidungsstücken im Fahrzeug.

An Betreiber von öffentlichen oder privaten Freiluftsportanlagen:

- Der Zugang zum Trainingsgelände ist –wenn möglich –so zu gestalten, dass kein Stau, bzw. keine Menschensammlungen entstehen. Wo dies möglich ist, sollte ein eigener Eingang und ein separater Ausgang eingerichtet werden.

## **Hygiene-Maßnahmen**

- Es wird die Möglichkeit zur Hände- und Ball-Desinfektion geschaffen, Nutzung durch jeden Teilnehmer vor und nach dem Training sowie in den Spielpausen.
- Keine körperlichen Begrüßungsrituale durchführen.
- Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt worden ist. Auf Verwechslungen ist von allen zu achten.
- Vermeiden von Naseputzen/ Spucken/ Griff ins Gesicht auf dem Feld.
- Kontaktfreie Sportausübung: kein Händeschütteln, kein Abklatschen, in den Arm nehmen und gemeinsames Jubeln, trauern, o.ä..
- Abstand von mindestens 1,5 Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen.
- Das benötigte Trainingsmaterial beschränkt sich auf das Nötigste. Bälle werden möglichst vor der Trainingseinheit desinfiziert und auf dem Platz bereitgestellt.
- Nach dem Training werden die verwendeten Trainingsmaterialien möglichst desinfiziert und unzugänglich für Unbefugte verwahrt.
- Duschen und Umziehen erfolgen ausschließlich zu Hause.
- Vor nach der Betätigung im Freien sollten entsprechende Hygienemaßnahmen durchgeführt werden (Händewaschen, etc.).
- Toiletten sind mit Desinfektionsmitteln zu versehen und müssen nach der Benutzung vom Benutzer desinfiziert werden. Der Schlüssel wird jeweils von einem Betreuer ausgehändigt.

### **Besonderheiten im Kinder-/ und Jugendtraining**

- Bringen und Abholen von Kindern nur bis zum bzw. ab dem Sportgelände.
- Aus Sicht des Bayerischen Handballverbands wird empfohlen, dass vor der Wiederaufnahme des Trainings für E-Jugend und jünger die Spieler Erfahrungen im Umgang mit den Hygiene- und Abstandsregeln in der Schule oder der Kita gemacht haben. Ein Zeitraum von 2 Wochen Schulerfahrung vor Trainingsbeginn erscheint angemessen. Bei den jüngsten Jahrgängen (E-Jgd. und jünger) empfehlen wir günstigere Betreuerschlüssel anzuwenden.

### **Weitere Tipps für Trainingseinheiten empfohlen vom Bayerischen Volleyballverband**

- Alle Trainingsangebote werden als Freiluftaktivität durchgeführt, da das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch verringert wird.
- Auch beim gemeinsamen Aufbau oder Anpassen der Netze und Linien ist der Mindestabstand einzuhalten.
- Durch die Bildung von Kleingruppen beim Training (bis zu fünf Personen inkl. Trainer/Betreuer), wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen. Um Infektionsketten leichter nachverfolgen zu können, sollte eine Trainingsliste erstellt werden, auf der notiert wird, wer bei welcher Trainingseinheit anwesend war.
- Ein Trainer/Übungsleiter ist für seine Kleingruppe (bis zu fünf Personen inklusive Trainer/Betreuer) zuständig. Die Kleingruppen müssen streng getrennt voneinander trainiert werden.
- Auf einem (regulären) Beachvolleyballfeld kann maximal eine Kleingruppe trainieren. Bei mehreren Feldern nebeneinander jeweils nur eine Kleingruppe pro Feld. Zwischen den Feldern muss genügend Platz sein, so dass die Kleingruppen zu jeder Zeit den Mindestabstand wahren können.
- Keine Abwehrübungen mit zwei Personen auf dem Feld durchführen.
- Der Abstand zum Netz muss immer gewahrt werden. Empfohlen werden Spiel- und Trainingsformen ohne Block und ohne Angriff am Netz. Dies ermöglicht die bestmögliche Einhaltung der Abstandsregeln (ca. 1-2 Meter Netzabstand).
- Der Mindestabstand ist besonders auch bei wartenden Spielern zu beachten.
- Wir empfehlen das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes außerhalb des Spielfeldes und für Betreuer und Begleitpersonen.
- Neben den Übungsformen mit Ball und ohne Gegenspieler können Konditionstraining, Athletiktraining und Individualtraining unter Berücksichtigung der Hygiene- und Abstandsregeln Gegenstand des Trainings sein.
- Trainingsformen, die die Abstandsregel beachten, sind möglich (z. B. Spielformen mit Zonen und einer Zone pro Spieler; 1 gegen 1 Baggertennis).
- Wie Trainieren unter Corona aussehen kann, zeigt der BVV in sehr anschaulichen Videos bei Youtube:  
[https://www.youtube.com/playlist?list=PLQ6ds0aiEvpxi18S6fRzW5wfYZa\\_RfIYS](https://www.youtube.com/playlist?list=PLQ6ds0aiEvpxi18S6fRzW5wfYZa_RfIYS)

### **Weitere Tipps für Trainingseinheiten empfohlen vom Bayerischen Handballverband**

- Alle Trainingsangebote werden als Freiluftaktivität durchgeführt, da das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch verringert wird.
- Auf einer (regulären) Sportplatzhälfte können maximal zwei Kleingruppen trainieren. Bei kleineren Fußballplätzen (insb. Kleinfeld) jeweils nur eine Kleingruppe pro Hälfte.
- Ein Trainer/Übungsleiter ist für seine Kleingruppe (bis zu fünf Personen inklusive Trainer/Betreuer) zuständig. Die Zuständigkeit des Trainers/Betreuers darf zwei Gruppen nicht übersteigen. Die beiden Kleingruppen müssen streng getrennt voneinander trainiert werden.
- Das Tragen von Schweißbändern zur Entfernung von Schweiß sowie unter Umständen von Mund-Nasen-Schutzmasken, Handschuhen oder schweißabweisenden Funktionswäschen wird empfohlen.
- Passen zum Mitspieler und Werfen auf einen Torwart sind erlaubt. Dabei ist aber zu beachten, dass nach wie vor das Training ohne Körperkontakt stattfinden und die Abstandsregel eingehalten werden muss!
- Je nach örtlicher Beschaffenheit kann es sinnvoll sein, das Gelände durch Markierungen zu unterteilen.
- Nutzt Weitsprungruben, Hartplätze, Laufbahnen, Fußballplätze, Tartanbahnen und Beachanlagen

Die ergänzenden Tipps der beiden Sportverbände BVV und BHV gelten spartenübergreifend, sind jedoch zum Teil schon weiter oben angeführt.