



Fußballabteilung

## UPDATE 06. Juli 2020

# Wiederaufnahme Trainingsbetrieb Fußballabteilung TSV Heusenstamm

Orientierung gemäß:

- 10 DOSB-Leitplanken
- HFV Empfehlungen vom 07.05.2020 & 12. Juni
- DFB-Leitfaden „ZURÜCK AUF DEN PLATZ“
- Stufenplan TSV Heusenstamm
- Allgemeine Regelungen TSV



AUCH IN ZEITEN VON COVID-19 WERDEN WIR UNSERER  
**VERANTWORTUNG** GERECHT!

---

DIE **GESUNDHEIT** STEHT IM VORDERGRUND!

---

FUSSBALL BLEIBT DIE **SCHÖNSTE NEBENSACHE** IN HEUSENSTAMM!



# AGENDA

1. Voraussetzungen
2. Organisatorische Umsetzung
3. Hygiene- und Distanzregeln
4. Trainingsgestaltung
5. Nächste Schritte



# 1 . VORAUSSETZUNGEN

## Gesundheitszustand

- Kein Training bei folgenden Symptome:  
Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome
- Kein Training, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
- Bei positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt muss die betreffende Person mindestens 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden. Aktuelle Empfehlungen gehen sogar in Richtung vier Wochen.

## Reduzierung Risiken

- Fühlen sich Trainer\*in oder Spieler\*in aus gesundheitlichen Gründen unsicher in Bezug auf das Training oder eine spezielle Übung, sollten sie auf eine Durchführung verzichten.
- Klärung, ob potenziell Trainierende einer Risikogruppe gemäß RKI angehören? Sofern ja, kein Training!

## 2. Organisatorische Umsetzung

### Grundsätze

- Kabinen können genutzt werden. Die Abstandsregel von 1,5 m ist einzuhalten. ~~bleiben geschlossen.~~
  - Die Gastronomie kann besucht werden. Die Abstandsregel von 1,5 m ist einzuhalten. ~~bleibt vorerst geschlossen.~~
- 
- Die Belegung eines Sportplatzes erfolgt durch maximal 20 Spieler (Faustregel: möglichst 10 Spieler pro Hälfte).
  - Je Platzhälfte max. eine Trainingsgruppe.
  - Aufeinandertreffen der Trainingsgruppen soll vermieden werden.
- 
- Start Trainingsbetrieb ab frühestens Montag, den 25. Mai nach Fertigstellung sämtlicher Vorbereitungen und Einweisung der betreffenden Trainer\*Innen.
- 
- Teams U9 und jünger: Betreuerschlüssel von 1 Trainer\*In je 5 Spieler\*Innen. Besondere altersgerechte Einweisung der Spieler\*Innen durch die Trainer\*Innen hinsichtlich der Hygiene- und Abstandsregelung.
- 
- Zur Nachverfolgung sind Teilnehmerlisten zu führen und innerhalb von 48 Std. an die Jugendleitung (Marcel Spiegel) zu senden.
  - Für die Planung der Trainer\*innen ist eine Anmeldung der Spieler\*Innen erforderlich.
- 
- Trainer\*In ist frühzeitig vor Ort zwecks Trainingsaufbau, um die Spieler bei Ankunft am Eingang in Empfang zu nehmen.
  - Trainer\*Innen informieren die Trainingsgruppe über die geltenden allg. Sicherheits- und Hygienevorschriften. Deren Anweisungen ist Folge zu leisten.



## 2. Organisatorische Umsetzung

### Ankunft und Abfahrt

- Die Spieler\*Innen reisen möglichst zu Fuß, mit dem Fahrrad oder in privaten PKW einzeln in Sportkleidung an. Fahrgemeinschaften sollen Ausnahmen sein (Nase-/Mundschutz ist zu tragen).
- Ankunft am Sportgelände frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn.
- Alle Spieler\*Innen kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen.
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zuhause.



## 2. Organisatorische Umsetzung

### Auf dem Spielfeld

- Spiel- und Übungsformen mit Körperkontakt sind grundsätzlich möglich.
- Es darf trainiert werden in Gruppen mit max. 10 Spielern.
- Formate 9:1, 8:2, 7:3, 6:4, 5:5 aber jeweils innerhalb einer Gruppe.
- Zwei Gruppen, aus denen dann 5:5 spielen ist noch nicht erlaubt.
- Die Spieler\*Innen bewegen die Bälle auf dem Platz ausschließlich mit dem Fuß.
- Torhüter nutzen ausschließlich die eigenen Torwarthandschuhe.
- Zuordnung der Materialien (Tore) je Hälfte und Bälle, Hütchen werden den Mannschaften zugeordnet. Auf die Nutzung von Leibchen soll verzichtet werden.
- Tragen von Schweißbändern zur Absorption gegen Schweiß von Handflächen bzw. von der Stirn wird empfohlen.

## 2. Organisatorische Umsetzung

### Auf dem Sportgelände

- Nutzung und Betreten des Sportgeländes **ist auch für Eltern möglich. Die Abstandsregel von 1,5 m ist einzuhalten.** ~~ausschließlich, wenn ein eigenes Training geplant ist.~~
- Ein- und Ausgang werden eindeutig gekennzeichnet und Laufwege zur Waschmöglichkeit markiert.
- Die gemeinsame Nutzung von Umkleiden und Duschen wird vorerst ausgesetzt.
- Der Zugang zu Toiletten sowie Waschbecken mit Seife wird sichergestellt.
- Zusätzliche Möglichkeiten zum Händewaschen werden installiert und ausreichend Kernseife zur Verfügung gestellt.
- Umfassende Beschilderungen (z.B. Wegführung, Abstandsmarkierungen) und Hinweisschilder (z.B. Hygieneregeln) werden vorbereitet und an markanten Punkten ausgehängt.



### 3 . Hygiene- und Distanzregeln

- Auf dem Sportgelände – außer bei den Trainingseinheiten – ist die allgemeine Abstandsvorgabe von 1,5 m einzuhalten.
- Händewaschen (mindestens 30 Sekunden und mit Seife) vor und direkt nach der Trainingseinheit.
- Abstand von mindestens 1,5 bis zwei Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen.
- Keine körperlichen Rituale (Händedruck, Abklatschen) durchführen.
- Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt wurde.
- Vermeiden von Spucken und Naseputzen auf dem Feld.
- Das benötigte Trainingsmaterial beschränkt sich auf das Nötigste. Bälle und Markierungshütchen werden vom Trainer\*in zum Platz gebracht.
- Toiletten werden mit Desinfektionsmitteln ausgestattet.

## 4 . Trainingsgestaltung

### Beispiele

- Aktive: <https://www.dfb.de/trainer/aktiver-ue-20/training-in-der-coronazeit/>
- A-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/a-juniorin/training-in-der-coronazeit/>
- B-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/b-juniorin/training-in-der-coronazeit/>
- C-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/c-juniorin/training-in-der-coronazeit/>
- D-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/d-juniorin/training-in-der-coronazeit/>
- E-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/e-juniorin/training-in-der-coronazeit/>
- F-Jugend: <https://www.dfb.de/trainer/f-juniorin/training-in-der-coronazeit/>
- Bambini: <https://www.dfb.de/trainer/bambini/training-in-der-coronazeit/>



## 5. Nächste Schritte:

1. Das Konzept wurde am Donnerstag, den 14. Mai den Trainer\*innen vorgestellt, Feedback eingearbeitet und verabschiedet.
2. Trainer\*Innen führen Gespräche mit den Eltern und melden bis Freitag, 22. Mai 2020 ihre Planung.
3. Vorbereitung Sportgelände gemäß Konzept bis Freitag, 20. Mai.
4. Die Zeiten für die Trainingseinheiten werden erarbeitet und mit dem Sportamt abgestimmt.
5. Finales Konzept, Trainingsstart und neuer Trainingsplan werden auf der TSV-Website sowie der Website der Fußballabteilung eingestellt.



# Anhang: Teilnehmerliste

TSV-Heusenstamm Teilnehmerliste Abteilung \_\_\_\_\_

| Trainingsgruppe: |          | Ort/Halle:  |      | Tag:     |  |
|------------------|----------|-------------|------|----------|--|
| Übungsleiter:    |          | Tel./Mobil: |      | Uhrzeit: |  |
|                  | Vorname: | Nachname:   | Tel: | Adresse: |  |
| 1                |          |             |      |          |  |
| 2                |          |             |      |          |  |
| 3                |          |             |      |          |  |
| 4                |          |             |      |          |  |
| 5                |          |             |      |          |  |
| 6                |          |             |      |          |  |
| 7                |          |             |      |          |  |
| 8                |          |             |      |          |  |
| 9                |          |             |      |          |  |
| 10               |          |             |      |          |  |
| 11               |          |             |      |          |  |
| 12               |          |             |      |          |  |
| 13               |          |             |      |          |  |
| 14               |          |             |      |          |  |
| 15               |          |             |      |          |  |
| 16               |          |             |      |          |  |
| 17               |          |             |      |          |  |
| 18               |          |             |      |          |  |
| 19               |          |             |      |          |  |
| 20               |          |             |      |          |  |