



# **“Zurück auf den Platz“**

## **FC Germania Singen**

Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs

Hygienekonzept und Leitfaden für alle Mannschaften inkl.  
Trainer, Spieler und Betreuer des FC Germania Singen

In Anlehnung an die Empfehlungen des DFB

Stand: 14.06.2020

## Grundsätze

Die Verordnung des Landes Baden-Württemberg vom 11.05.2020 erlaubt Sportarten unter freiem Himmel unter Einhaltung strenger Infektionsschutzvorgaben. Demnach ist auch Fußballtraining zunächst individuell und in Kleingruppen wieder möglich.

- § **Kontaktloses Training und Aufenthalt auf dem Sportgelände** mit durchgängiger Einhaltung eines **Mindestabstands von 1,5 Metern**
- § Beim Training ist zu beachten, dass sich **maximal 10 Personen auf 400 qm aufhalten dürfen.**
- § **Umkleidekabinen und Duschräume bleiben geschlossen**, das Umziehen und Duschen muss zuhause durchgeführt werden
- § Auf der **Toilette** darf sich immer **nur eine Person** befinden (Steuerung über Trainer)
- § Einhaltung von **Hygienemaßnahmen** (Desinfektion vor und nach Training, direktes Händewaschen, keine Handshakes, Umarmungen, etc.)
- § Während der Trainingseinheiten von Jugend- und Aktiven-Mannschaften sind **keine Zuschauer** zugelassen
- § Die Trainingsteilnehmer werden gebeten, bereits umgezogen und erst **kurz vor dem Trainingsbeginn (max. 10 Minuten)** auf dem Sportgelände zu erscheinen und dieses **nach dem Trainingsende** und der Umsetzung der Hygienemaßnahmen **schnellstmöglich wieder zu verlassen**
- § **Bei Krankheitssymptomen und/oder Infektionen von Personen aus dem direkten Umfeld nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen!**
- § Alle Personen auf dem Sportgelände werden gebeten, die entsprechenden **Aushänge** zu **beachten** und sich nach diesen zu richten

## Gesundheitszustand

- § Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zuhause bleiben bzw. einen Arzt aufsuchen: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome
- § Die gleiche Empfehlung gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.
- § Bei positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt muss die betreffende Person 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden.
- § Bei allen am Training Beteiligten muss vorab der aktuelle Gesundheitszustand erfragt werden.
- § Im Jugendbereich haben die Eltern bzw. Erziehungsberechtigten vor dem ersten Training eine entsprechende Erklärung zu unterzeichnen

## Minimierung der Risiken in allen Bereichen

- § Nutzung des gesunden Menschenverstandes
- § Fühlen sich Trainer oder Spieler aus gesundheitlichen Gründen unsicher in Bezug auf das Training oder eine spezielle Übung, sollten sie auf eine Durchführung verzichten.
- § Risikogruppen-Zugehörigkeit der teilnehmenden Personen klären
- § Auch für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Training von großer Bedeutung, weil eine gute Fitness vor Komplikationen der Corona-Erkrankung schützen kann. Umso wichtiger ist es, ganz besonders für sie das Risiko bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich

## Organisatorische Umsetzung

### **GRUNDSÄTZE**

- § Um einen reibungslosen Ablauf gewährleisten zu können, darf sich immer nur eine Mannschaft auf dem Sportgelände befinden. Der Belegungsplan ist dementsprechend zeitlich einzuteilen und mit den jeweiligen Trainern abzusprechen.
- § Trainer und Betreuer informieren mit diesem Leitfaden die Trainingsgruppen über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften
- § Den Anweisungen der Verantwortlichen zur Nutzung des Sportgeländes ist Folge zu leisten. Sollte ein Spieler wiederholt die Regelungen bewusst missachten, kann dies ein Ausschluss vom Trainingsbetrieb zur Folge haben
- § Eine rechtzeitige Rückmeldung, ob man am Training teilnehmen kann, ist zu empfehlen, um die Trainingsplanung entsprechend zu ermöglichen.
- § Gewissenhafte Dokumentation der Trainingsbeteiligung je Trainingseinheit.
- § Die Teilnahme am Trainingsbetrieb erfolgt freiwillig.

### **ANKUNFT UND ABFAHRT**

- § Auf Fahrgemeinschaften bei der Anfahrt ist möglichst zu verzichten
- § Ankunft am Sportgelände frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn
- § Alle Teilnehmer kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen
- § Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause.

## **AUF DEM SPIELFELD UND DEM SPORTGELÄNDE**

- § Alle Trainingsformen müssen unter Einhaltung der zum Zeitpunkt des Trainings geltenden Bestimmungen durchgeführt werden. Diese sind im Zweifelsfall beim jeweiligen Hygienebeauftragten zu erfragen.
- § Nutzung und Betreten des Sportgeländes ausschließlich, wenn ein eigenes Training geplant ist.
- § Zuschauende Begleitpersonen sind beim Training nicht zu empfehlen und möglichst zu vermeiden.
- § Die Nutzung von Umkleiden und Duschen wird vorerst ausgesetzt.
- § Der Zugang zu Toiletten sowie Waschbecken mit Seife muss sichergestellt sein.
- § Für den **Jugendbereich** sind zusätzlich die „**Trainingsinfos Junioren**“ zu beachten

## **Hygiene-und Distanzregeln**

- § Händewaschen (mindestens 30 Sekunden und mit Seife) vor und direkt nach der Trainingseinheit → entsprechender Hinweis hängt aus
- § Keine körperlichen Begrüßungsrituale (z.B. Händedruck) durchführen.
- § Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt wurde.
- § Vermeiden von Spucken und von Naseputzen auf dem Feld.
- § Kein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.
- § Abstand von mindestens 1,5 bis 2 Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen.

## Hygienebeauftragte beim FC Germania Singen

### Hygienebeauftragter Aktivität:

Andreas Matussek (Mobil: 0176/81124166 )

Dominik Löffel (Mobil: 01575/8155088)

### Hygienebeauftragter Junioren:

Bertram Dwarnicak (Mobil: 0176/84663482)

**Allgemeine E-Mail Adresse:** info@fcg-singen.de

Wird ein Training geplant, ist vom Trainer vorab über den jeweiligen Hygienebeauftragten die gewünschte Trainingszeit anzufragen. Die von allen Teilnehmern protokollierten Anwesenheitslisten sind den entsprechenden Hygienebeauftragten nach der Trainingseinheit zukommen zu lassen.

Datenschutzhinweise sind auf der Anwesenheitsliste vermerkt.

## Trainingsübersicht und Tipps in der Corona-Zeit

### § 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/>

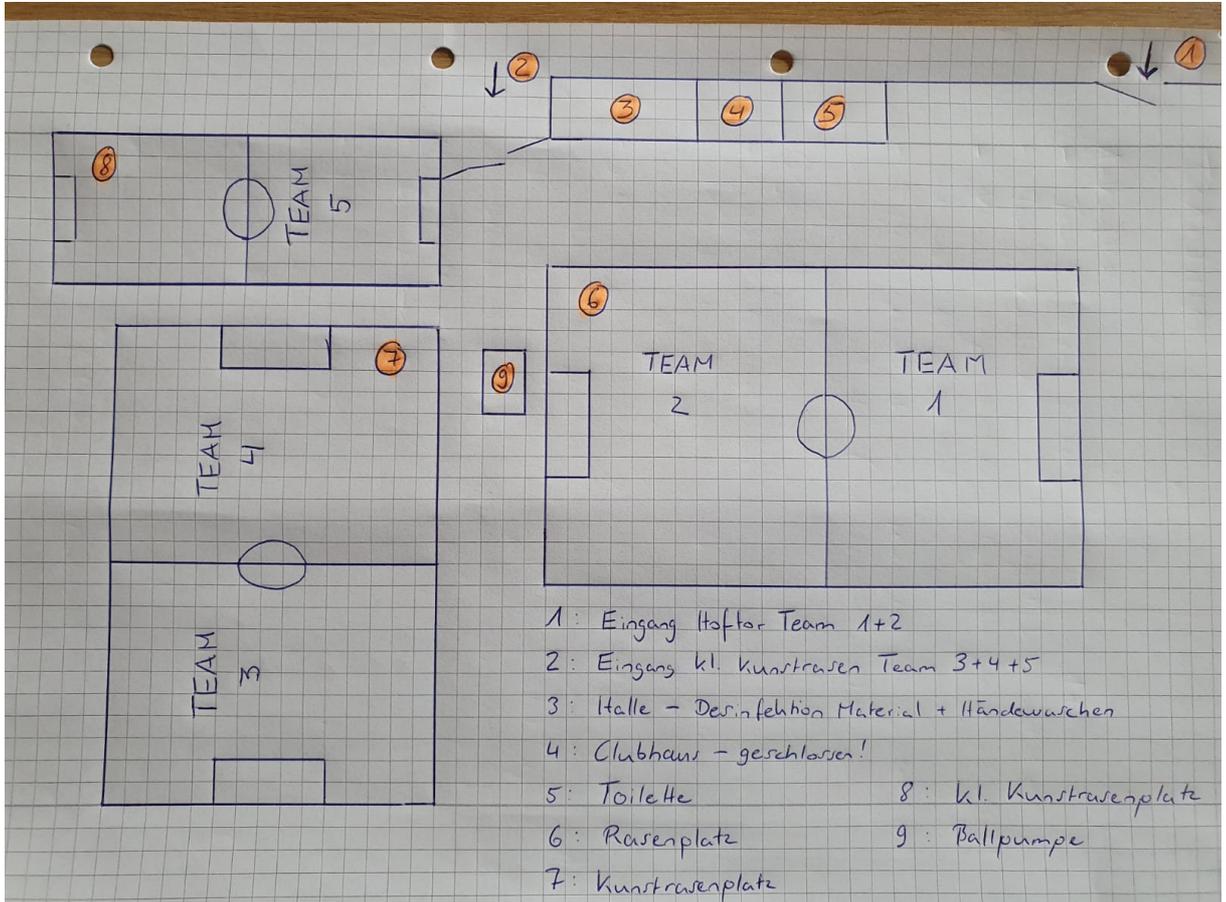
### § E-Jugend:

<https://www.dfb.de/trainer/e-juniorin/training-in-der-coronazeit/>

### § F-Jugend:

<https://www.dfb.de/trainer/f-juniorin/training-in-der-coronazeit/>

## Skizze Training Herren



## Skizze Training Junioren

à siehe separate Trainingsinfo Junioren