



Hygiene- und Durchführungsrichtlinien für den Trainingsbetrieb der
Volleyballabteilung
gültig ab 28.12.2021

- jeder Trainingsteilnehmer muss folgende Voraussetzungen erfüllen:
 - es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome
 - es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer SARS-CoV-2 infizierten Person
- **der Sport in Innenräumen darf nur noch von geimpften oder genesenen Personen mit zusätzlichem aktuellen, negativen Schnelltestnachweis (kein Selbsttest), der nicht älter als 24 Stunden ist (2G Plus) ausgeübt werden. Diese Regelung gilt auch für geboosterte Personen. Die entsprechenden Nachweise sind von den jeweiligen Trainern zu kontrollieren. Schüler*innen müssen in den Ferien ebenfalls einen Test vorweisen, außerhalb der Ferien gelten Schüler*innen bis 16 Jahren als getestet, ab 16 Jahren müssen SchülerInnen eine Schulbescheinigung vorzeigen**
- **für Personen, die nicht am aktiven Sport teilnehmen (Trainer, Betreuer, Zuschauer) gilt weiter die 2G-Regelung und Maskenpflicht**
- vor und nach dem Training muss in geschlossenen Räumen und den Gängen der Sporthalle ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden, den Trainern wird empfohlen, den Mund-Nasen-Schutz auch während des Trainings zu tragen
- vor dem Betreten und Verlassen der Sportstätte ist eine Händedesinfektion durchzuführen
- den Trainern wird empfohlen, für sich die Trainingsteilnehmer zu erfassen (z.B. SpielerPlus), um im Bedarfsfall bei einer Infektion zeitnah Kontaktpersonen melden zu können
- die Nutzung von Umkleiden, Duschen, Toiletten und Gemeinschaftsräumen ist unter Einhaltung der Hygieneregeln erlaubt
- beim Sport in geschlossenen Räumen ist eine gute Durchlüftung sicherzustellen, d.h. die Dachfenster und die Türen im 1. und 3. Drittel sollten während des Trainings geöffnet bleiben. Wenn es zu kalt ist, wird mindestens alle 20 Minuten stoßgelüftet.
- zwischen zwei Trainingseinheiten soll eine Pause von 10 Minuten liegen, damit ein kontaktloser Gruppenwechsel möglich ist. Dazu beendet die vorherige Gruppe ihr Training 5 Minuten eher und die nächste Mannschaft startet 5 Minuten später.
- das gemütliche Beisammensein nach dem Training ist nur noch im Außenbereich erlaubt
- die Trainer desinfizieren nach ihrer Trainingseinheit sämtliche genutzten Übungs- und Trainingsmaterialien
- im Falle einer Verletzung sollten sowohl Ersthelfer, als auch der Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz tragen
- jeder Teilnehmer bringt seine eigenen Handtücher und Getränke mit