



### Hygiene- und Trainings-Konzept zum Wiedereinstieg nach dem Corona shut-down

Das Corona Virus ist weltweit aktiv und für sehr schlimme Krankheiten bis hin zum Tod verantwortlich. Es wird hauptsächlich durch Aerosole, die beim Atmen und Reden entstehen übertragen, aber auch durch Kontaktinfektion an den Händen, wenn man sich danach ins Gesicht fasst. Deshalb sind für die Wiederaufnahme des Volleyballtrainings bestimmte Voraussetzungen und Regeln erforderlich, an die sich Übungsleiter und Teilnehmer halten müssen. Dieses Konzept müssen alle Teilnehmer am Training gelesen haben und durch Unterschrift bestätigen, genauso wie die Handlungsempfehlungen des DVV. Zusätzlich gelten im Freien die TUS Sportplatzregeln.

- Jeder muss sich vorher beim Übungsleiter anmelden. Kann „Spieler +“ sein, „whatsApp“, oder eMail
- Nur TUS-Mitglieder nehmen teil und werden namentlich in die Trainings Dokumentation eingetragen.
- Jeder kommt umgezogen in Sportkleidung, Sportschuhe erst vor der Halle wechseln.
- Beim Kommen und Verlassen der Halle und beim Schuhe wechseln auf die Abstandsregeln achten.
- Bei allen Übungen und beim Spiel mindestens 2m Abstand halten zu Partner und ggf. Gegenspieler.
- Alle 10 bis 20 Minuten Händewaschen mit Seife (ca. 30 Sekunden).
- Alle ca. 5 - 10 Minuten die Bälle wechseln, in den Pausen die Bälle desinfizieren.
- Pro Übungsgruppe nicht mehr als 5 Teilnehmer inkl. Übungsleiter.
- Nicht mehr als 2 Übungsgruppen, beide Gruppen machen dieselben Übungen
- Der Übungsleiter korrigiert ggf die 2. Übungsgruppe aus der Ferne.
- Außerdem gelten die DVV- Handlungsempfehlungen und die TUS Sportplatzregeln
- Die Übungsleiter füllen die Trainings- und Hygiene Dokumentation aus und schicken sie als Photo, oder scan per Email an die Abteilungsleitung.

Datum, Ort: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_  
(Bei Minderjährigen Erziehungsberechtigter)