

Handballclub Alpla HC-Hard
Seestraße 60
A-6971 Hard / Austria

Fon +43 (0)5574 - 7 000 9 30
Fax +43 (0)5574 - 7 000 9 9
IBAN: AT30 3743 1000 0005 7166
BIC: RVVGAT2B431

office@hchard.at
www.hchard.at
ZVR 718775312



Vorgaben des ALPLA HC Hard zur Covid-19 Prävention

Mit 15. Mai 2020 trat die nächste Verordnung im Hinblick auf die Lockerung der Covid-19 Präventionsmaßnahmen in Kraft. Aus dieser Verordnung ergeben sich neue Vorgaben im Hinblick auf die Trainingsgestaltung, die wir untenstehend zusammenfassen bzw. durch weitere Verhaltensempfehlungen im Sinne der Covid-19 Prävention ergänzen.

Somit können, jeweils unter Einhaltung der geltenden Einschränkungen, zusätzlich zum Athletik-Training auch ballspezifische Trainingselemente im Freien eingeplant werden.

In jedem Fall sind alle Beschränkungen der Verordnung - abrufbar unter https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/BgblAuth/BGBLA_2020_II_207/BGBLA_2020_II_207.html

sowie die Vorgaben der jeweiligen Sportstättenbetreiber (z.B. Haus- bzw. Nutzungsordnung) einzuhalten.

Darüber hinaus sollten die Handlungsempfehlungen von Sport Austria (BSO) – abrufbar unter <https://www.sportaustria.at/de/schwerpunkte/mitgliederservice/informationen-zum-coronavirus/handlungsempfehlungen-fuer-sportvereine-und-sportstaettenbetreiber/>

sowie die vorliegenden Empfehlungen des ÖHB eingehalten werden.

Jede Trainerin / jeder Trainer und Jede Spielerin / jeder Spieler nimmt **auf eigene Gefahr am Trainingsbetrieb teil** und ist sich den Risiken einer erhöhten Übertragbarkeit des Virus durch die Trainings- und Sportausübung bewusst. Bei Kindern und Jugendlichen haben die **Erziehungsberechtigten das Risiko abzuwägen** und über die Teilnahme ihrer Tochter / ihres Sohnes zu entscheiden.

Der Trainer hat die Einhaltung der Vorgaben im Rahmen des Trainings zu überwachen und Sportler, die sich **nicht konform verhalten, vom Trainingsbetrieb auszuschließen**.

Der ALPLA HC Hard beabsichtigt den Trainingsbetrieb unter Berücksichtigung aller Vorgaben und unter Einbeziehung aller Interessensgruppen wieder aufzunehmen. Voraussetzung dafür ist in jedem Fall die Einhaltung aller Vorgaben, die untenstehend im Detail näher ausgeführt sind.

Die Entscheidung ob für die Altersgruppe ein Training unter diesen Voraussetzungen durchgeführt werden soll, obliegt in erster Linie dem Verein und in weiterer Folge dem jeweiligen Mannschaftsverantwortlichen. Die CO-TrainerInnen müssen zusätzlich für sich entscheiden, ob sie in weitere Folge ebenfalls an der Durchführung des Trainingsbetriebes teilnehmen wollen.

TrainerInnen dürften, unabhängig von einer tatsächlichen Wiederaufnahme, maximal zwei mal pro Woche am Trainingsbetrieb, in welcher Form auch immer, teilnehmen.

Im Folgenden werden die notwendigen Bedingungen für die Wiederaufnahme des eingeschränkten Trainings ausführlicher beschrieben.





Trainingsorganisation

- Organisierte Vereinstrainings müssen derart organisiert werden, dass folgende Grundregeln eingehalten werden, die gleichermaßen für Sportler, Trainer und Betreuer gelten:
 - ausschließlich **im Freien (Outdoor)**
 - Einhaltung des **Mindestabstandes von 2 m**
- **Kleingruppen bis max. 10 Personen inklusive** der anwesenden **Trainer / Betreuer**, d.h. in der Regel 9 Sportler + 1 Trainer
- Auf großen Sportplätzen können unter Berücksichtigung der vorgegebenen Abstände mehrere Kleingruppen trainieren.
- Die **Zusammensetzung** der Kleingruppen sollte **gleichbleiben** (dieselben Sportler trainieren miteinander).
- Unterschiedliche Trainingsgruppen sollten einander nach Möglichkeit nicht begegnen:
 - entweder **zeitlich versetztes Training** mit Pause zwischen den Einheiten
 - oder **örtlich getrennte Gruppen**, die einander nicht begegnen
- Der Verein erstellt einen **Plan der Trainingszeiten und -Orte**.
- **Die Sportler / Trainingsgruppen sind immer von einem Trainer zu begleiten** insbesondere bei Kindern und unmündigen Minderjährigen (unter 14 Jahre) – Aufsichtspflicht!
- Die Sportler sind vor jedem Training über die einzuhaltenden Regeln / Vorschriften zu informieren.

An- und Abreisen

- Bei der An- und Abreise sind die allgemein gültigen Regelungen zu beachten!
- Um Ansammlungen vor der Sportanlage zu vermeiden ist pünktliches An- und Abreisen notwendig.
- Auf die Bildung von **Fahrgemeinschaften** für die Anreise zur Sportstätte ist **zu verzichten**. Davon ausgenommen sind Personen, die in einem gemeinsamen Haushalt leben.
- **Eltern / Begleitpersonen** bringen die Kinder / Jugendlichen zum Trainingsort und holen sie **nach Trainingsende** wieder ab → **keine Anwesenheit während des Trainings**.
- Die **Desinfektion** mit eigenem Desinfektionsmittel der Hände nach der Anreise sowie vor der Heimreise und bei Ankunft zuhause ist ratsam.

VOR dem Training

- Alle Sportler kommen bereits umgezogen **in Trainingsbekleidung zum Trainingsort**.
- Es erfolgt **KEINE Begrüßung per Handschlag** – auch dabei ist der Mindestabstand zu wahren.
- Die Sportler bringen eine **eigene**, bereits befüllte **Trinkflasche** und ev. ein eigenes **Handtuch** mit zum Training
- Der **Trainer kontrolliert und protokolliert die Anwesenheit** der Spieler und somit die Zusammensetzung der Kleingruppe, um im Erkrankungsfall eine „Nachverfolgung“ von betroffenen Personen zu ermöglichen.



Was ist im Training **ERLAUBT**?

- Aktivitäten **im Freien** – sowohl im **öffentlichen Raum** (z.B. Wald, Wiese etc.) als auch auf einer **nicht-öffentlichen Sportstätte** (z.B. Freiplatz eines Sportzentrums).
- Einhaltung des **Mindestabstandes: 2 Meter** während des **gesamten Trainingsablaufes**
- Auch der Trainer hält **beim Anleiten / Korrigieren** den **Mindestabstand von 2 Metern** ein.
- **Balltraining** (siehe eigener Punkt „Umgang mit dem Ball“) **erlaubt**.
- **Ergänzende Trainingsgeräte**, wie z.B. Theraband, Wackelkissen usw. sind immer nur vom gleichen Sportler einer Trainingseinheit zu benutzen.

Umgang mit dem Ball – immer unter Einhaltung der Abstandsregeln

- **Passen / Fangen / Werfen erlaubt**
- **Übungen zur Balltechnik** (Tippen / Prellen) **erlaubt**
- **Würfe auf das Tor** sowie sportartspezifische **Abwehraktionen des Torhüters erlaubt**
- Die **Bälle** sind immer nur von **der gleichen Trainingsgruppe** zu benutzen, d.h. entweder bringt jeder Sportler den eigenen Ball mit oder es werden die Bälle immer nur für eine Kleingruppe genutzt (Ballsäcke entsprechend beschriften).
- Bei **Treffern ins Gesicht** ist der Ball aus dem Trainingsbetrieb zu nehmen.

Was ist im Training **NICHT erlaubt**?

Das klassische Handballtraining (auch im Freien) ist ausgeschlossen!

- Kein Hallentraining (Die Sporthallen bleiben geschlossen.)
- Kein Körperkontakt
- Keine Partnerübungen ohne ausreichenden Mindestabstand
- Keine Anwesenheit von anderen Personen als Sportler und Trainer
- Sportler, die sich **nicht völlig gesund fühlen** (z.B. Symptome einer Erkältung oder erhöhte Temperatur aufweisen) **haben dem Training fern zu bleiben** (Eigenverantwortung bzw. Verantwortung der Eltern)!
- **Sportler, in dessen Umfeld ein positiver Covid-19 Fall auftreten, haben dies unverzüglich dem Trainer und dem Verein zu melden** und die weitere Vorgangsweise abzusprechen.

NACH dem Training

- Es erfolgt **KEINE Verabschiedung per Handschlag**
→ auch dabei ist der Mindestabstand zu wahren.
- Der **Trainingsort** sollte **zügig verlassen** werden.
- Der Sportler nimmt seine **Trainingsutensilien** (Bekleidung, Flasche, Schuhe, Handtuch etc.) selbst mit. Diese werden **zu Hause versorgt / gewaschen**.
- **Umziehen / Duschen** erfolgt **zu Hause** (keine Nutzung von Waschräumen)
- Für die WC-Nutzung gilt die Einhaltung des 1 m Abstandes und das Tragen einer Maske.
- Der **Trainer versorgt** allfällige **Trainingsmaterialien** und sorgt für dessen **Desinfektion**.

Im Namen des Vorstandes und des Jugendleiters
Markus Köberle, Thomas Huemer und Severin Englmann
Status, 26. Mai 2020