



Return to Play – PHV Bonn

Angelehnt an den Stufenplan zur Wiederaufnahme des Handballsports im Amateursport des DHB verfolgt der Poppelsdorfer HV folgendes Konzept für den Wiedereinstieg in den Trainings- und Wettkampfbetrieb. Alle Trainer*innen und Offiziellen werden ihr Bestes geben, um für eine erfolgreiche Umsetzung des Konzeptes zu sorgen. Die Gesundheit aller unserer Mitglieder liegt uns sehr am Herzen. Trotzdem gibt es, wie in vielen anderen Bereichen des Lebens, keine absolute Sicherheit vor einer Infektion. Dies sollte allen klar sein, die unter den im Folgenden aufgeführten Regeln am Trainingsbetrieb teilnehmen.

1 Stufen des Trainings- und Wettkampfbetriebs

Stufe 1/2: seit Einstellung des gemeinsamen Trainings:

- Online Angebote und Übungen für individuelles Training

Stufe 3: seit 11.05.:

- Kleingruppentraining outdoor (handballspezifisches Training **ohne** Zweikämpfe)
 - Zunächst für E, C, D und B-Jugend im Handballbereich
 - Minis und F-Jugend sowie Kinderturnen lassen sich unter den erforderlichen Hygiene-Bedingungen und Abstandsregeln nicht realisieren
 - Spieler*innen im Seniorenbereich halten sich individuell fit. Gute Online Angebote finden sich auf der Seite des DHB

Stufe: 4: seit 21.05.:

- Weiterführung der Stufe 3
- zudem Kleingruppentraining indoor (handballspezifisches Training **ohne** Zweikämpfe)
 - Wie oben
 - Abhängig von der Freigabe der Hallen durch die Stadt Bonn

Stufe: 5: seit 30.05.:

- Weiterführung der Stufe 4
- zudem Kleingruppentraining (max 10 Personen) outdoor (handballspezifisches Training **mit** Zweikämpfen)

Stufe: 6: ab 15.06.:

- zusätzlich Kleingruppentraining (max 10 Personen) indoor (handballspezifisches Training **mit** Zweikämpfen)
- Mannschaftstraining mit bis zu 30 Teilnehmern im Freien (handballspezifisches Training **mit** und **ohne** Zweikämpfe) outdoor
- Trainingsspiele im Freien mit bis zu 30 Teilnehmern im Freien

Stufe 7: offen:

- Wiederaufnahme des Kinderturnens
- Wettkampfbetrieb

2 Hygiene Massnahmen

Folgende Hygiene-Regelungen und Massnahmen gelten in den einzelnen Stufen.

2.1 KLEINGRUPPENTRAINING OUTDOOR

- Kleingruppen mit max 7 Teilnehmern pro 1 Übungsleiter
- Anmeldung und Anwesenheitsliste sind verpflichtend
 - dienen der Kontakt-Nachverfolgung und gleichzeitig als Bestätigung der erforderlichen gesundheitlichen Voraussetzungen
- Mit Neufassung der Coronaschutzverordnung vom 30.5.2020 ist Training auch mit unvermeidbarem Körperkontakt im Freien mit bis zu 10 Personen möglich.
- Ansonsten Einhaltung der Abstandsregelung von mindestens 1.5 Metern zur Trainingspartner*innen, zu Trainer*innen oder anderen Personen
- Keine gemeinsame Nutzung von Sportgeräten mit Ausnahme des Balls (Werden alle Regelungen (vor allem die Abstandsregelung) eingehalten, dann scheint das Risiko einer Infektion durch Ballberührung, laut Einschätzung der Experten, gering. Pass- und auch Wurfübungen können demnach durchgeführt werden (Information DOSB - Prof. Dr. med. Bernd Wolfarth.).
- Duschen und Umziehen erfolgen ausschließlich zu Hause
- (Auto-)Fahrgemeinschaften mit Trainer*innen oder Trainingspartner*innen von und zum Training sind zu vermeiden und im Ausnahmefall nur unter Verwendung einer Mund-Nasen-Schutzmaske zulässig.
- Das Tragen von Schweißbändern zur Entfernung von Schweiß sowie unter Umständen von Mund-Nasen-Schutzmasken, der schweißabweisenden Funktionswäschen wird empfohlen.
- Für jede Trainingseinheit erfolgt die Zulassung zum Kleingruppenttraining nur wenn Kontaktrisiko- und Symptomevaluation (siehe auch <https://phv-bonn.de/wp-content/uploads/2020/05/Kurzscreening.pdf>) vollständig negativ sind.
- Im Verdachtsfall bzw. einer Ansteckung eines Gruppenmitglieds an COVID-19 muss der Kleingruppen-Trainingsbetrieb unverzüglich eingestellt und Absprachen bezüglich der Weiterführung mit den örtlichen Anlaufstellen – Gesundheitsämter oder hausärztliche Praxen – geführt werden. Bis eine Infektion ausgeschlossen bzw. bestätigt wird, wird der Trainingsbetrieb der Kleingruppe nicht fortgesetzt.

2.2 KLEINGRUPPENTRAINING INDOOR

- Der Zutritt zur Sportstätte sollte nacheinander, ohne Warteschlangen, mit entsprechendem Mund-Nasen-Schutz und unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Metern erfolgen. Es ist nur die Nutzung der durch die Stadt Bonn freigegebenen Sporthallen möglich. Dies sind für den PHV:
 - Josef Strunck Halle (JSH)
 - Bertolt Brecht Halle (BBG)
 - Europakolleg (GBA)

Empfehlungen für die Hallen:

- JSH:
 - Eintritt mit Mund-Nasenschutz durch die Haupttür und das Foyer.
 - Handdesinfektion am Eingang. Desinfektionsset befindet sich im PHV Schrank

- Keine Begleitpersonen im Innenraum
- Kein Betreten der Geräteräume durch Trainierende
- Betreten der Halle durch folgende Trainingsgruppen erst nach Verlassen der Halle durch die vorige
- Desinfektion von Kleingeräten nach dem Training wenn ein weiteres Training folgt
- Nutzung der Umkleiden nur durch max. 2 Personen pro Umkleide auf entgegengesetzten Seiten
- BBG:
 - Eintritt durch die Haupttür mit Mund-Nasenschutz. Bevorzugt sollte der Zu und Ausgang durch verschiedene Notausgänge an der Hallenrückseite erfolgen
 - Handdesinfektion am Eingang. Desinfektionsset befindet sich im PHV Schrank
 - Begleitpersonen im Innenraum nur an der Geräteraum abgewandten Hallenseite
 - Kein Betreten der Geräteräume durch Trainierende
 - Betreten der Halle durch folgende Trainingsgruppen erst nach Verlassen der Halle durch die vorige Gruppe
 - Desinfektion von Kleingeräten nach dem Training wenn ein weiteres Training folgt
 - Nutzung der Umkleiden nur durch max. 2 Personen pro Umkleide auf entgegengesetzten Seiten
- GBA:
 - Eintritt durch die Haupttür mit Mund-Nasenschutz. Bevorzugt sollte der Ausgang durch die Notausgänge an den Hallenseiten erfolgen
 - Handdesinfektion am Eingang. Desinfektionsset befindet sich im PHV Schrank
 - Begleitpersonen im Innenraum nur an der Geräteraum abgewandten Hallenseite
 - Kein Betreten der Geräteräume durch Trainierende
 - Betreten der Halle durch folgende Trainingsgruppen erst nach Verlassen der Halle durch die vorige Gruppe
 - Desinfektion von Kleingeräten nach dem Training wenn ein weiteres Training folgt
 - Nutzung der Umkleiden nur durch max. 2 Personen pro Umkleide auf entgegengesetzten Seiten

Die Regeln des Kleingruppen Outdoor Trainings werden um die folgenden Regelungen ergänzt:

- Für handballspezifisches Hallentraining in Kleingruppen ist eine Trainingsfläche von der Größe eines halben Handballfelds vorzuhalten
 - Bei möglicher räumlicher Trennung ist ein paralleler Betrieb von mehreren Kleingruppen zulässig, wenn Zu- und Ausgang zur Trainingsstätte für die Kleingruppen räumlich und/oder zeitlich getrennt werden können
 - Die Empfehlung des Landessportbundes NRW von mindestens 10m² pro Teilnehmer ist einzuhalten
- Einhaltung der Abstandsregelung von mindestens 1.5 Metern zu Trainingspartner*innen, Trainer*innen oder anderen Personen
 - Es werden keine Hilfestellungen mit Körperkontakt durchgeführt
 - Werden alle Regelungen (vor allem die Abstandsregelung) eingehalten, dann scheint das Risiko einer Infektion durch Ballberührung, laut Einschätzung der

Experten, gering. Pass- und auch Wurfübungen können demnach durchgeführt werden (Info DOSB, s.o.)

- Wurfübungen können mit Torhüter*Innen absolviert werden
- Kontaktfreie Sportausübung: Kein Händeschütteln, Jubeln, Trauern o.ä.
- Fahrgemeinschaften mit Trainer*innen oder Trainingspartner*innen von und zum Training sind zu vermeiden und im Ausnahmefall nur unter Verwendung einer Mund-Nasen-Schutzmaske zulässig
- Das Tragen von Schweißbändern zur Absorption von Schweiß von den Handflächen/ der Stirn wird empfohlen (ebenfalls wird das Tragen von Mund-Nasen-Schutzmasken empfohlen) .

2.3 Stufe 6: MANNSCHAFTSTRAINING / TESTSPIELBETRIEB OUTDOOR

Die Regeln des Kleingruppen Outdoor Trainings werden um die folgenden Regelungen ergänzt:

- Maximale Teilnehmerzahl ist 30
- Zuschauer bei Testspielen müssen sich in getrennten Bereichen aufhalten
- Nachverfolgung der Anwesenheit ist für Spieler*innen, Betreuer und Zuschauer unbedingt zu gewährleisten

2.4 Stufe 7: MANNSCHAFTSTRAINING INDOOR/ WETTKAMPFBETRIEB

TBD

Referenzen:

RETURN-TO-PLAY IM AMATEURSPORT,

https://www.dhb.de/?proxy=redaktion/DHB-live-/Storage/Dokumente/2020_returntoplay/Return-To-Play_im_Amateursport_30042020.pdf, abgerufen am 7.5.2020

Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2

(Coronaschutzverordnung – CoronaSchVO) In der ab dem 15. Juni 2020 gültigen Fassung,

<http://www.land.nrw>

“Wegweiser für Vereine des Landessportbundes NRW” <http://go.lsb.nrw/wegweiservereine>, abgerufen am 16.5.2020

Hygiene Beauftragten und Ansprechpartner für Mitglieder und Behörden: Guido Sonnabend
(guido.sonnabend@gmail.com)

Handout für Trainer*innen und Betreuer

Basierend auf: „Empfehlungen zur Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Leitfaden für Trainer*innen und Übungsleiter*innen“ des Landessportbunds NRW

Vor der Trainingseinheit – Checkliste:

- Bei jeglichen Krankheitssymptomen ist Trainer*innen/Übungsleiter*innen das Betreten der Sportstätte, die Leitung der Sporteinheit sowie die Teilnahme an sonstigen Vereinsangeboten untersagt. Eine Information an den Verein und die Teilnehmenden muss umgehend erfolgen.
- Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und bestätigt dies durch die Anmeldung sowie vor Beginn der Sporteinheit bestätigen (siehe auch: <https://phv-bonn.de/wp-content/uploads/2020/05/Kurzscreening.pdf>)
 - Es bestehen keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome.
 - Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
 - Vor und nach der Sporteinheit muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
 - Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten.
- Trainer*innen und Übungsleiter*innen und Teilnehmende reisen individuell und bereits in Sportbekleidung zur Sporteinheit an. Auf Fahrgemeinschaften wird so weit wie möglich verzichtet. In Ausnahmefällen muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
- Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporteinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt. Gleiches gilt für Sportgeräte (Ball).
- Bei Indoor Aktivitäten muss beim Betreten der Halle ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden und eine Hand Desinfektion erfolgen. Desinfektionsmittel Spender werden in den Schränken in der Halle gelagert
- Zwischen den Sporteinheiten sollte eine Pause von mindestens 10 Minuten vorgesehen werden, um Hygienemaßnahmen durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen.
- Jegliche Körperkontakte, z. B bei der Begrüßung müssen unterbleiben.
- Trainer*innen und Übungsleiter*innen weisen den Teilnehmenden vor Beginn der Einheit individuelle Trainings- und Pausenflächen zu. Diese sind gemäß den geltenden Vorgaben zur Abstandswahrung markiert (z. B. mit Hütchen, Kreisen, Stangen usw.). Ein Verletzungsrisiko ist zu minimieren.
- Die Teilnehmenden werden vor jeder Sporteinheit auf die geltenden Verhaltensmaßnahmen/Hygienevorschriften hingewiesen.
- Trainer*innen und Übungsleiter*innen führen Anwesenheitslisten, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
- Trainer*innen und Übungsleiter*innen reinigen und desinfizieren sämtliche bereitgestellten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen). Materialien, die nicht desinfiziert werden können, werden nicht genutzt. Ein

Desinfektionsset befindet sich in jeder Halle. Bitte die Hinweise zu den einzelnen Hallen beachten::

- JSH:
 - Eintritt mit Mund-Nasenschutz durch die Haupttür und das Foyer.
 - Handdesinfektion am Eingang. Desinfektionsset befindet sich im PHV Schrank
 - Keine Begleitpersonen im Innenraum
 - Kein Betreten der Geräteräume durch Trainierende
 - Betreten der Halle durch folgende Trainingsgruppen erst nach Verlassen der Halle durch die vorige
 - Desinfektion von Kleingeräten nach dem Training wenn ein weiteres Training folgt
 - Nutzung der Umkleiden nur durch max. 2 Personen pro Umkleide auf entgegengesetzten Seiten
- BBG:
 - Eintritt durch die Haupttür mit Mund-Nasenschutz. Bevorzugt sollte der Zutritt durch die Notausgänge an der Hallenrückseite erfolgen (Eingang und Ausgang durch verschiedene Türen)
 - Handdesinfektion am Eingang. Desinfektionsset befindet sich im PHV Schrank
 - Begleitpersonen im Innenraum nur an der Geräteraum abgewandten Hallenseite
 - Kein Betreten der Geräteräume durch Trainierende
 - Betreten der Halle durch folgende Trainingsgruppen erst nach Verlassen der Halle durch die vorige Gruppe
 - Desinfektion von Kleingeräten nach dem Training wenn ein weiteres Training folgt
 - Nutzung der Umkleiden nur durch max. 2 Personen pro Umkleide auf entgegengesetzten Seiten
- GBA:
 - Eintritt durch die Haupttür mit Mund-Nasenschutz. Verlassen der Halls sollte bevorzugt durch die Notausgänge an den Hallenseiten erfolgen
 - Handdesinfektion am Eingang. Desinfektionsset befindet sich im PHV Schrank
 - Begleitpersonen im Innenraum nur an der Geräteraum abgewandten Hallenseite
 - Kein Betreten der Geräteräume durch Trainierende
 - Betreten der Halle durch folgende Trainingsgruppen erst nach Verlassen der Halle durch die vorige Gruppe
 - Desinfektion von Kleingeräten nach dem Training wenn ein weiteres Training folgt
 - Nutzung der Umkleiden nur durch max. 2 Personen pro Umkleide auf entgegengesetzten Seiten

Während der Trainingseinheit – Checkliste:

- Trainer*innen und Übungsleiter*innen gewährleisten, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sporteinheit eingehalten wird, [wenn keine Ausnahmeregeln nach geltender Corona Schutzverordnung vorliegen](#).
- Sämtliche Körperkontakte sind nur zulässig nach Maßgabe der aktuell geltenden Coronaschutzverordnung

- Der Mund-Nasen-Schutz kann während der Sporteinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein.
- Es werden keine Speisen oder Getränke ausgegeben.
- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden. Trillerpfeifen werden bei Indoor Angeboten nicht genutzt.
- Geräteräume sollten nur einzeln betreten werden.
- Wenn sich Teilnehmende während der Sporteinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden bei dem*der Trainer*in/Übungsleiter*in geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Sanitäreinrichtungen.
- Gästen und Zuschauer*innen ist der Zutritt zur Halle nicht gestattet. Kinder unter 14 Jahren dürfen durch eine erwachsene Person begleitet werden.
- [Zuschauer bei Trainingsspielen \(max 50 Personen\) \)müssen sich in getrennten Bereichen aufhalten. Rückverfolgung der Anwesenheit ist unbedingt sicherzustellen](#)

Nach der Trainingseinheit – Checkliste:

- Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporteinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln.
- Nach Beendigung des Angebotes muss der Mund-Nasen-Schutz wieder angelegt werden.
- Trainer*innen und Übungsleiter*innen reinigen und desinfizieren sämtliche genutzten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen).
- Die Kontakte unter den Trainer*innen/Übungsleiter*innen werden auf ein Mindestmaß reduziert und dokumentiert; Abstands- und Hygieneregeln sind einzuhalten.

Handout für Trainierende und Eltern

Basierend auf: „Empfehlungen zur Wiedereröffnung des Sportbetriebs im Rahmen der Corona-Pandemie: Ein Leitfaden für Trainer*innen und Übungsleiter*innen“ des Landessportbunds NRW

- Bei jeglichen Corona relevanten Krankheitssymptomen ist das Betreten der Sportstätte, die Leitung der Sporeinheit sowie die Teilnahme an sonstigen Vereinsangeboten untersagt. Eine Information an den Verein muss umgehend erfolgen.
- Jeder Teilnehmende muss folgende Voraussetzungen erfüllen und bestätigt diese durch die Teilnahme am Trainingsangebot (siehe auch <https://phv-bonn.de/wp-content/uploads/2020/05/Kurzscreening.pdf>):
 - Es bestehen keine Krankheitssymptome.
 - Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person.
 - Die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) werden eingehalten.
- Teilnehmende reisen individuell und bevorzugt bereits in Sportbekleidung zur Sporeinheit an. Max. 2 Personen pro Umkleide. Auf Fahrgemeinschaften wird so weit wie möglich verzichtet. In Ausnahmefällen muss ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
- Bei Indoor Aktivitäten muss beim Betreten der Halle ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden und eine Hand Desinfektion erfolgen. Desinfektionsmittel Spender werden zur Verfügung gestellt. Vor der Halle sind die Abstandsregeln zu beachten.
- Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporeinheit mit. Gleiches gilt für den eigenen Ball. Das Tragen von Schweißbändern wird empfohlen.
- Sämtliche Körperkontakte sind nur zulässig nach Maßgabe der aktuell geltenden Coronaschutzverordnung. Den Anweisungen der Übungsleiter*innen bzgl. Vorgaben zur Abstandswahrung ist unbedingt Folge zu leisten.
- Eine vorherige Anmeldung zum Training über das Teamplanbuch ist verpflichtend. Übungsleiter*innen führen Anwesenheitslisten, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können.
- Der Mund-Nasen-Schutz kann während der Sporeinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein.
- Wenn sich Teilnehmende während der Sporeinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden bei dem*der Trainer*in/Übungsleiter*in geschehen. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Sanitäranlagen.
- Gästen und Zuschauer*innen ist der Zutritt zu Hallen nicht gestattet. Kinder unter 14 Jahren dürfen durch eine erwachsene Person begleitet werden. In der JSH sollte der Innenraum durch Begleitpersonen nicht betreten werden. In der BBG und der GBA ist der Aufenthalt von Begleitpersonen nur auf der den Geräteräumen abgewandten Seite gestattet. Geräteräume dürfen nicht betreten werden.
- Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporeinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln.