



**Handball  
aus Leidenschaft.**

Stand: 15.06.2020

## Konzept HSG Isar-Loisach, Wiederaufnahme Trainingsbetrieb i.V.m. Covid 19

### **Geltungsbereich:**

Für alle Mannschaften ab F-Jugend und älter.

Das Konzept entspricht dem derzeitigen Stand der Vorgaben aus Politik und Sportverbänden und wird entsprechend der weiteren Entwicklung laufend aktualisiert.

### **Grundlage:**

Basis des Konzepts bilden die Maßnahmen des Bayerischen Staatsministeriums des Innern, für Sport und Integration zum Thema Mannschaftssportarten, die Handlungsempfehlungen des Bayerischen Handballverbandes mit der Gültigkeit ab 08.06.2020, sowie das Positionspapier des Deutschen Handballbund zur verantwortungsvollen Wiederaufnahme des Amateursports.

### **Inhalt des Konzepts**

1. Trainingsan- und -abreise fallen in den individuellen Verantwortungsbereich des Sportlers bzw. dessen gesetzlichen Vertretern. Längere Wartezeiten vor oder nach Trainingsbeginn bzw. Trainingsende sind zu vermeiden. Zuschauer sind auf dem Sportgelände nicht erlaubt. Betreten der Sportstätten nur mit Trainer.
2. Die Aktiven kommen und gehen in Sportkleidung. Duschen, Umkleiden und andere Gemeinschaftsräume werden nicht genutzt. Getränke sind von jedem selbst mitzubringen. Jeder muss außerhalb des Trainings in geschlossenen Räumlichkeiten, insbesondere beim Durchqueren von Eingangsbereichen, bei der Entnahme und dem Zurückstellen von Sportgeräten, sowie in Sanitärbereichen (WC-Anlagen), eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.
3. Während des gesamten Trainings ist jeglicher Körperkontakt untersagt und auf die Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 Metern zu achten. Dies gilt auch für Pausen.
4. Die Gruppengröße beträgt max. 20 Personen inklusive Übungsleiter, wobei die Zusammensetzung der Gruppe konstant gehalten werden soll. Torhüter können altersklassenübergreifend Einheiten bilden.

5. Das Training findet bis auf weiteres auf der Sportanlage des TUS Geretsried (Jahnstraße 9-11, 82538 Geretsried), Hartplatz Fußballplatz und Sporthalle der Hammerschmied Schule Wolfratshausen (Sauerlacher Strasse/Hammerschmiedstrasse 82515 Wolfratshausen).

**Maximalbelegung:**

**Hartplatz (Stadion) TUS Geretsried:**

max. 2 Gruppen auf die Gesamtfläche, wobei die Gesamtanzahl von 20 Personen auf die Gesamtfläche nicht überschritten werden darf.

**Hartplatz (Fußballplatz) Hammerschmied Schule:**

max. 2 Gruppen auf die Gesamtfläche, wobei die Gesamtanzahl von 20 Personen auf die Gesamtfläche nicht überschritten werden darf.

**Sporthalle der Hammerschmied Schule Wolfratshausen:**

max. 2 Gruppen auf die Gesamthallenfläche, wobei die Gesamtanzahl von 30 Personen auf die Gesamtfläche nicht überschritten werden darf.

6. Regelung Eingang und Benutzung WC-Anlagen

Die wartend Gruppe darf den Sportplatz/Sporthalle erst betreten, wenn die vorherige Gruppe die Sportstätte verlassen hat. Betreten der Sportstätten nur mit Trainer .

Die Indoor-Sportstätten dürfen nur mit einer geeigneten Mund-Nasen-Bedeckung betreten werden.

Das WC ist nach der Benutzung zu desinfizieren.

Hände sind nach der WC-Benutzung zu waschen.

Sportstätten spezifische Zugangsregelungen:

**Hartplatz Fußballplatz Hammerschmied Schule:**

Der Zugang erfolgt über das Tor zum Hartplatz bei den Parkplätzen. Das Tor kann mit dem regulären Hallenschlüssel geöffnet werden und muss nach Beendigung der Trainingseinheit wieder verschlossen werden.

Lediglich die WC-Anlagen nach der Türe vom Zwischengang in der Hammerschied Schule, darf für Nutzer des Hartplatzes nur einzeln benutzt werden.

### Sporthalle der Hammerschmied Schule Wolfratshausen:

Der Zugang erfolgt über den Hintereingang bei den Parkplätzen. Die Eingangstür muss ständig verschlossen bleiben und darf nicht über Schnapper oder mit Gegenständen offen gehalten werden.

Lediglich die WC-Anlagen in den Umkleidekabinen dürfen einzeln benutzt werden. Hierfür wird pro Hallenabschnitt eine Umkleidekabine geöffnet werden.

Die geöffnete Umkleidekabine darf nicht zum Umziehen, Abstellen oder zum Aufhalten benutzt werden.

7. Vor und nach jeder Trainingseinheit müssen alle beteiligten sich die Hände waschen oder mit Desinfektionsmittel reinigen. In der Sporthalle wird hierfür Desinfektionsmittel-, Seifen- und Einmalhandtuchspender bereitgestellt.

Sollten einer der Spender zur Neige gehen, bitte den Corona-Beauftragten informieren.

Zusätzlich wird jedem verantwortlichen Trainer eine Händedesinfektionsmittel von der HSG zur Verfügung gestellt.

Auf den Hartplätzen ist das von der HSG zur Verfügung gestellte Desinfektionsmittel zu verwenden.

8. Trainingsdauer: max. 60 Minuten!
9. Zwischen den Trainingseinheiten sind 15 min. zum Wechseln der Gruppen einzuhalten. In dieser Zeit wird die Halle ausreichend gelüftet. Die Trainingseinheit muss pünktlich beendet und die Sportstätte zügig verlassen werden. Die wartend Gruppe darf den Sportplatz/Sporthalle erst betreten, wenn die vorherige Gruppe die Sportstätte verlassen hat.
10. Dokumentation über die Homepage: <https://tus-geretsried.de/trainer>

Die gemeldeten Daten werden nicht archiviert und nach 4 Wochen vernichtet.

## 11. Trainingskonzept

Aktuell liegt der Schwerpunkt auf individuellem Technik- und Konditionstraining. Die Wahrung von Abstandsgeboten auf dem Hartplatz/Sporthalle ist aufgrund dessen Größe stets gewährleistet.

## 12. Trainingsinhalte

- Grundlagenausdauer, später zusätzlich Schnelligkeitsausdauer
- Antritts- und Reaktionsschnelligkeit
- Sprungkraft
- Körperstabilität (je nach Altersstufe in Verbindung mit Krafttraining)
- Techniktraining (1:1 Techniken, individuelles Ballhandling, Beinarbeit)
- Wurftraining mit Torwart
- Passen zum Mitspieler und Werfen auf einen Torwart sind erlaubt. Dabei ist aber zu beachten, dass nach wie vor das Training ohne Körperkontakt stattfinden und die Abstandregel eingehalten werden muss!

13. Jegliche Form von Taktiktraining in der Gruppe und die Benutzung von Harz ist bis auf weiteres untersagt.

14. Der Spieler trainiert mit seinem eigenen Ball

15. Sportgeräte dürfen nur mit einer geeigneter Mund-Nasen-Bedeckung geholt und aufgeräumt werden. Zusätzlich müssen die verwendeten Trainingsmaterialien nach dem Training desinfiziert und unzugänglich für Unbefugte verwahrt werden.

16. Das Konzept wird an alle Übungsleiter und Aktiven (bzw. deren gesetzliche Vertreter) in elektronischer Form übermittelt, zusätzlich wird es auf der Homepage der HSG Isar-Loisach zur Verfügung gestellt. Mit Teilnahme erklärt der Aktive seine Kenntnisnahme und Einwilligung nach der Infektionsschutzmaßnahmenverordnung. Von Minderjährigen wird eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten benötigt.

Corona-Beauftragte: Melanie Winklmeier [Winklmeier.Melanie@googlemail.com](mailto:Winklmeier.Melanie@googlemail.com)