



# Nürnberg Hockey- und Tennis- Club e.V.

---

## Hockey - startet „mit Abstand am besten“

### KONZEPT FÜR DEN SCHRITTWEISEN WIEDEREINSTIEG INS HOCKEY- TRAINING NACH DEM 2. CORONA-LOCKDOWN

#### Einführung

Das erarbeitete Konzept zielt darauf ab unseren Sport unter Einhaltung der vom Freistaat Bayern erlassenen Maßnahmen schrittweise wieder aufzunehmen und gleichzeitig das Wohlergehen und die Sicherheit der Spielerinnen und Spieler zu gewährleisten und die Strategien zur Verletzungsprävention zu maximieren. Selbstverständlich wird dieses Konzept je nach den vom Freistaat Bayern erlassenen Regeln und Vorschriften laufend angepasst.

Derzeit ist ein eigenständiger Spiel- und Sportbetrieb, also eine Ausübung der Sportart ohne Anleitung nicht möglich.

Das Sportgelände darf nur zu Trainingszwecken unter Anleitung eines Trainers betreten werden. Für diesen Trainingsbetrieb gelten die folgenden Regeln:

#### Übergangsregeln für Hockey

Die Erstellung dieser Regeln erfolgt in Anlehnung an die Übergangsregeln des DHB und der Leitplanken des DOSB.

#### 1. Abstandsregeln

Ein Abstand von mindestens 1,5 m zwischen den anwesenden Personen ist konsequent einzuhalten, also kein Abklatschen, Umarmen, Hände schütteln, Schulterklopfen u. ä. Aufgrund der Bewegung beim Sport ist der Abstand während des Trainings großzügig zu bemessen (2m).

Körperkontakte sind zunächst zu vermeiden. Es findet ein Training „auf Sicht satt“. Kontaktsport ist frühestens ab dem 22.03.2021 unter den entsprechenden Regelungen nach Inzidenzwerten möglich (s. 9. Staffelung des Trainingsbetriebs).

#### 2. Hygieneregeln

Die Spielerinnen und Spieler müssen sich vor und nach jedem Training ausreichend die Hände waschen oder desinfizieren, sollen ihr Gesicht nicht berühren und sollen in den Ellbogen husten oder niesen. Jeder trägt auf dem gesamten Vereinsgelände (außer auf dem unmittelbaren Kunstrasenplatz) einen Mund-Nasenschutz (FFP2 Maske).



## Nürnberg Hockey- und Tennis- Club e.V.

---

Jede Spielerin und jeder Spieler muss ihre/seine eigene zuhause gefüllte Getränkeflasche mitbringen, die mit ihrem/seinem Namen beschriftet ist. Das gleiche gilt für eine eigene Flasche mit Handdesinfektionsmittel. Das Mitbringen von Speisen zum Training ist untersagt. Jede Spielerin und jeder Spieler hat ein eigenes Handtuch zum Abwischen von Schweiß und Körperflüssigkeiten zu benutzen.

Das verwendete Trainingsmaterial beschränkt sich auf das Nötigste. Die Kugeln sollen möglichst nur mit dem Schläger bewegt werden. Die Materialien werden regelmäßig gereinigt/desinfiziert. Der Einsatz von Trainingsleibchen darf nur erfolgen, wenn die Spieler/innen ihr eigenes Leibchen im Rahmen ihrer eigenen Sportkleidung zum Training mitbringen und nur dieses benutzen.

Jede/Jeder ist angehalten, die Hygieneregeln strikt zu befolgen und die Gesundheits- und Vorbeugungsmaßnahmen sowie die allgemeinen Empfehlungen zu respektieren.

### 4. Umkleiden geschlossen

Vorerst ist keine Nutzung der Umkleiden und Duschen möglich. Umziehen und Duschen erfolgt ausschließlich zuhause. Der Sportler hat das Gelände in seiner Sportkleidung zu betreten und zu verlassen. Wärmende Überkleidung die vor und nach dem Training getragen wird, muss beim Ablegen in einer Sporttasche aufgehoben werden. Die Sporttaschen der Athleten sind mit ausreichendem Abstand voneinander abzustellen.

### 5. Training in Gruppen

Das Training darf nur in Gruppen (derzeit 20 Personen incl. Trainer) abgehalten werden. Die Gruppeneinteilung erfolgt durch den Trainer und es soll keine Durchmischung der Gruppen stattfinden. Es bleibt also die Zusammensetzung der Trainingsgruppe auch bei den Folgetrainingseinheiten bestehen (keine Kreuzkontamination). Die Teilnehmer der Gruppen und die Teilnahme am Training wird dokumentiert (s. Tabelle). Die Anwesenheit wird am Zugang zum Trainingsgelände kontrolliert. Im Falle des Auftretens einer Corona-Infektion muss die Nachverfolgbarkeit der Anwesenheit möglich sein damit die geltenden Quarantänemaßnahmen umgesetzt werden können. Die Anwesenheitstabelle muss nach dem Training in den Briefkasten der Geschäftsstelle eingeworfen werden oder innerhalb 1 Stunde gemailt werden an: [geschaeftsstelle@nhct.de](mailto:geschaeftsstelle@nhct.de)

### 6. Freiluftaktivität

Das Training erfolgt ausschließlich an der frischen Luft, d.h. die Tennishalle ist geschlossen. Es darf bei schlechtem Wetter nicht in die Tennishalle ausgewichen



## Nürnberg Hockey- und Tennis- Club e.V.

---

werden. Wenn schlechtes Wetter oder Gewitter einen Abbruch des Trainings erfordern, muss das Vereinsgelände unverzüglich verlassen werden.

### 7. Verweildauer minimieren

Das Gelände des NHTC darf nur zu vereinbarten Trainingseinheiten betreten werden. Die Verweildauer ist auf die Dauer des Trainings zu minimieren. In der Umsetzung bedeutet es, dass der Trainer nach einem festgelegten Zeitplan die eingeteilten Gruppen trainiert. Das Gelände darf frühestens 5-10 Minuten vor Trainingsbeginn betreten werden und muss spätestens 15 Minuten nach Trainingsende verlassen werden. Um beim Wechsel zwischen den Trainingsgruppen die Distanzregeln einhalten zu können, werden im Freiluftbereich (z.B. Naturrasen) voneinander getrennte Wartezonen errichtet. Eine Wartezone für die Sportler/innen die das Gelände betreten und auf den Trainingsstart warten und eine Wartezone für die Sportler/innen, die nach dem Training ausschwitzen und dann das Gelände verlassen. Der Mindestabstand ist auch bei den Wartenden einzuhalten.

### 8. Selbsteinschätzung und Dokumentation

Vor Beginn des Trainings bestätigt der Spieler/in per Abfrage durch den Trainer, dass er/sie keine Covid-19-Symptome aufweist, in den letzten 14 Tagen keinen Kontakt mit einem Covid-19-erkrankten hatte und in den letzten 14 Tagen in keinem Covid-19-Risikogebiet war (in blauer Schrift auf der Anwesenheitsliste). **Selbstverständlich nimmt ein Sportler der sich unwohl fühlt oder Symptome (s. Checkliste Symptome COVID-19) einer möglichen Corona-Infektion an sich oder in seinem häuslichen Umfeld bemerkt hat am Training nicht teil.**

Jede Spielerin/jeder Spieler muss seinen Trainer informieren, wenn sie /er Symptome einer Corona-Infektion an sich selbst feststellt oder wenn bei ihr/ihm oder jemandem in ihrem/seinem Haushalt COVID-19 diagnostiziert wurde.

Der Trainer ist dafür verantwortlich, dass in diesem Fall der Rest der Trainingsgruppe informiert wird und leitet gemeinsam mit der Vereinsführung und dem/der Corona-Beauftragten der Mannschaft die weiteren notwendigen Schritte ein.

Jede Mannschaft muss vor dem ersten Training einen Corona-Beauftragten für die Mannschaft namentlich mit Kontaktdaten der Geschäftsstelle (geschaefsstelle@nhtc.de) bekannt geben. Diese Kontaktdaten werden - wenn nötig - dem Gesundheitsamt zur Verfügung gestellt. Der Corona-Beauftragte der Mannschaft ist für die Einhaltung der geltenden Corona-Regeln verantwortlich.



## Nürnberger Hockey- und Tennis- Club e.V.

---

### 9. Staffelung des Trainingsbetriebs

Die Staffelung des Trainingsbetriebes erfolgt nach der gültigen Öffnungsstrategie für den Sport:

ab 08.03.21		frühestens 22.03.21		frühestens 05.04.21	
stabile Inzidenz unter 50	stabile Inzidenz unter 100	stabile Inzidenz unter 50	stabile Inzidenz unter 100	stabile Inzidenz unter 50	stabile Inzidenz unter 100
kontaktfreier Sport im Freien in Gruppen von max. 10 Personen	max. 5 Personen aus 2 Haushalten + Sport in Gruppen bis 20 Kinder bis 14 Jahre im Außenbereich	kontaktfreier Sport Innenbereich, Kontaktsport Außenbereich	kontaktfreier Sport Innenbereich, Kontaktsport außen allerdings mit negativem Corona-Schnelltest vom selben Tag	Kontaktsport auch im Innenbereich	kontaktfreier Sport Innenbereich, Kontaktsport Außenbereich ohne Testpflicht

### 10. Weitere allgemein gültige Corona-Regeln

keine Zuschauer

keine Fahrgemeinschaften zum Training (ausgenommen Familien oder Wohngemeinschaften)

Kein Wettkampfbetrieb

Keine Mannschaftsbesprechungen, Versammlungen oder Feste

Die Öffnung der Clubgastronomie erfolgt entsprechend der gesetzlichen Vorgaben.

**Jeder Spieler, Trainer, Betreuer und jedes Elternteil ist dafür verantwortlich, seinen Teil zur Umsetzung dieses Konzepts beizutragen und solidarisch zusammenzustehen, um die Gesundheit und Sicherheit aller Beteiligten zu gewährleisten.**

**Bestehen also in Bezug auf ein Training oder spezielle Übungen ein ungutes Gefühl oder Unsicherheit über mögliche Risiken, sollte darauf verzichtet werden.**

**Ein Verstoß gegen diese Regeln zieht einen Trainingsausschluss nach sich.**





## Nürnberger Hockey- und Tennis- Club e.V.

---

### **Einverständniserklärung für die Teilnahme am Trainingsbetrieb bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren**

Hiermit erkläre ich mich einverstanden, dass meine Tochter / mein Sohn

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

unter den Bedingungen der gültigen BayIfSMV im Rahmen des Konzepts für den schrittweisen Wiedereinstieg nach dem 2. Corona-Lockdown am Training teilnimmt.

Meine Tochter/mein Sohn ist mit den Grundregeln des Abstandsgebotes und der Hygienevorschriften vertraut.

Wir kennen und akzeptieren die oben genannte VO der Bayerischen Staatsregierung, die Regeln im Rahmen des Wiedereinstiegskonzeptes des NHTC und die aktuellen Empfehlungen des RKI.

Unter dieser angegebenen Telefonnummer: \_\_\_\_\_ ist ein Erziehungsberechtigter während der Dauer des Trainings zuverlässig erreichbar.

Name des Erziehungsberechtigten: \_\_\_\_\_



## Nürnberger Hockey- und Tennis- Club e.V.

---

Ort, Datum

Unterschriften

### **Einverständniserklärung für die Teilnahme am Trainingsbetrieb bei Erwachsenen ab 18 Jahren**

Hiermit erkläre ich mich einverstanden,

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

unter den Bedingungen der gültigen BayIfSMV im Rahmen des Konzepts für den schrittweisen Wiedereinstieg nach dem 2. Corona-Lockdown am Training teilnimmt.

Ich bin mit den Grundregeln des Abstandsgebotes und der Hygienevorschriften vertraut.

Ich kenne und akzeptiere die oben genannte VO der Bayerischen Staatsregierung, die Regeln im Rahmen des Wiedereinstiegskonzeptes des NHTC und die aktuellen Empfehlungen des RKI.

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

\_\_\_\_\_  
Unterschrift