

Trainer-Checkliste

Datum: _____ Uhrzeit: _____ Trainingsgruppen-Nr.: _____

- Vor Trainingsbeginn steht ausreichend Seife, Papierhandtücher und ein Desinfektionsmittelpender zur Verfügung, ein Mülleimer mit Deckel ist vorhanden. Ansonsten Meldung an Martin Brameyer.
- Der Aushang der „Regeln zum Trainingsbetrieb“ und die Hygienetipps der BZgA sind vorhanden.
- Es muss eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden, nur während der Trainingseinheit (Spiel und Pause) dürfen die Spieler sie abnehmen. Der Trainer trägt bis auf Trinkpausen durchgehend eine Mund-Nasen-Bedeckung.
- Beim Auf- und Abbau der Netze werden Einmalhandschuhe und eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen. Die Handschuhe werden anschließend im Mülleimer mit Deckel entsorgt.
- Es sind nur Spieler der entsprechenden Trainingsgruppe anwesend. Bei Begleitung von Kindern bis 14 Jahren den Namen der Begleitung aufnehmen und auf den Belegungsplan notieren.
- Pro Person steht eine Mindestfläche von 10 m² zur Verfügung.
- Jeder Teilnehmer (auch Trainer, Begleitpersonen) haben die Selbsterklärung abgegeben.
- Der Belegungsplan ist ausgefüllt, ein Wechsel der Spieler auf den Feldern findet nicht statt.
- Jeder Spieler hat sich vor dem Training die Hände gewaschen/desinfiziert.
- Jeder Spieler hat einen zugeordneten Pausenplatz, der mit seinem Handtuch abgedeckt ist.
- Jeder Spieler hat jeweils farblich markierte Bälle erhalten, nur diese dürfen vom jeweiligen Spieler mit den Händen berührt werden. Der nicht-aufschlagende Spieler hält seinen Ball in der Hand
- Es wird immer auf den Mindestabstand von 2 m geachtet, der Sport ist kontaktlos.
- Es wird darauf geachtet, dass sich pro Sanitärraum nur eine Person dort aufhält, der Sportler soll sich hierfür abmelden.

- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden, Trillerpfeifen werden nicht benutzt.
- Bei Trainingsende werden die Spieler aufgefordert, unverzüglich unter Einhaltung des Mindestabstandes die Halle zu verlassen und alle persönlichen Dinge mitzunehmen.
- Auf eine ausreichende Lüftung muss geachtet werden (mind. Stoßlüften in den Pausen und Gruppenwechselzeiten, wenn möglich auch zwischendurch, soweit ortsspezifisch möglich).
- Sportgeräte werden vor und nach der Nutzung gereinigt. Materialien, die nicht gereinigt werden können, werden nicht genutzt.
- Zur Verletzungsprophylaxe sollte die Intensität der Sporeinheit an die Gegebenheiten (längere Trainingspause der Teilnehmenden/Athlet*innen) angepasst werden
- Im Falle eines Unfalls/Verletzung müssen sowohl Ersthelfer*innen als auch der*die Verunfallte/Verletzte einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Im Falle einer Wiederbelebung wird der Mund der wiederzubelebenden Person mit einem Tuch bedeckt, die Herzdruck-Massage durchgeführt und ggf. auf die Beatmung verzichtet.

Unterschrift Trainer