



Corona - Trainerleitfaden

DES SV KRESSBRONN

Stand:22.06.2020

Corona-Trainerleitfaden



Eckdaten für einen Trainingstag

- Das große Eingangstor ist zu öffnen und als Ein- und Ausgang zu benutzen.
- Ein/ die Trainer holt das Material und die Bälle aus dem Ballraum
- Die Übungen werden vor dem Training aufgebaut (die Trainingsmaterialien sollen sparsam und für mehrere nacheinander folgende Übungseinheiten benutzt werden, sodass im Idealfall die Materialien nicht umgestellt werden müssen und somit nur nach dem Abbau (zum Ende der letzten Trainingseinheit des Tages) desinfiziert werden muss)
- Bälle werden ohne direkten Kontakt den Spielern auf den Platz unter Berücksichtigung der Abstandsregelung ausgegeben
- Am Ende eines Trainingstags werden alle Trainingsmaterialien desinfiziert

Ablauf einer Trainingseinheit - Grundsätzliches



1. Eine Trainingseinheit soll 90 Minuten dauern, darauf folgt eine Zeitspanne von 15 Minuten in der die Gruppe wechselt. Die 15 Minuten Pause muss eingehalten werden. Zeiten sind:
 - a) 16.00-17.30
 - b) 17.45-19.15
 - c) 19.30-21.00 (max. 22 Uhr)
2. Es soll gewährleistet werden, dass auch beim Verlassen des Sportgeländes und selbstverständlich auch darüber hinaus der Abstand eingehalten wird
3. Je nach Praktikabilität muss man die ein oder andere Altersklasse (oder auch Gruppe) aus dem Trainingsbetrieb heraus nehmen
4. Das Vereinsheim ist geschlossen, kein Verkauf von Getränken.

Traineraufgaben - Ablauf einer Trainingseinheit



Jede*r Trainer*in ist automatisch Corona-Beauftragter, das bedeutet:

- Er führt die Anwesenheitsliste (Es liegt für jede Mannschaft ein Ordner im Büro).
- Er führt die Gruppe(n) auf den Platz bzw. weist ihnen ihr Feld zu.
- Er fragt den Gesundheitszustand ab.
- Er weist die Spieler*Innen an die Hände zu desinfizieren.
- Er führt die Trainingseinheit durch.
- Er baut nach dem Training ab, kein Spieler berührt die Materialien oder Bälle mit der Hand!
- Er desinfiziert die Materialien und die Hände nach dem Training.
- Er führt die Gruppe zu m Ausgang.

Übungen in der Corona-Zeit

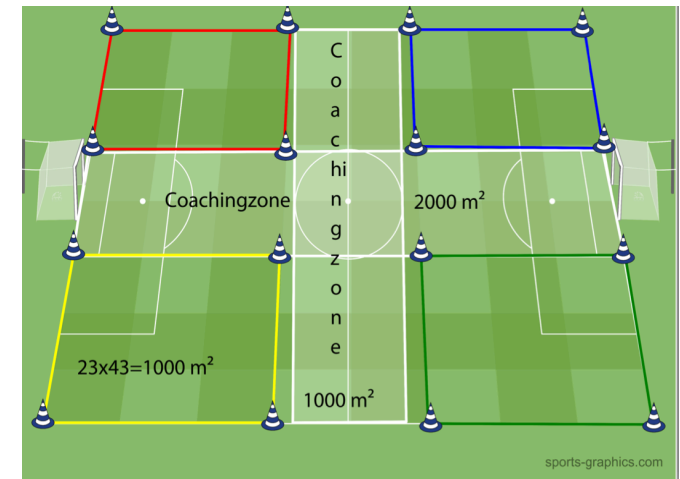


- Einhaltung der Hygiene-Regeln: Bei allen Übungen müssen die Vorgaben umgesetzt werden, und im Speziellen die Abstandshaltung und die Feldergröße beachtet werden
- Es wird in den vorgegebenen eingestreuten Feldern trainiert.
- Die Übungseinheiten des DFB sind mit Vorsicht zu genießen, denn der DFB ist für ganz Deutschland zuständig, hier immer überprüfen ob sie BW-Konform sind.
- Ggf. Anlegen eines Übungskatalogs und bei Unsicherheit Rücksprache mit Abteilungs- bzw. Vereinsverantwortlichen.
- Geeignet Übungen: Passübungen mit flachen Bällen.
- Eine gute Hilfe ist die Website des Württembergischen Fussballverbandes, dort auf der Corona-Infoseite sind unter Trainingsplanung viele Übungen drin.
<https://www.wuerttfv.de/corona/training/>

Die Trainingsgruppe



- Besteht aus 9 Spieler*Innen und einem Coach
Laut Verordnung müssen pro Spieler 40qm zur Verfügung stehen.
- Der Nebenplatz wird folgendermaßen eingestreut (siehe Bild) in den eingestreuten vier Zonen ist das Training durchzuführen.
- sollte ein*e Spieler*in sich nicht an die Regeln/Anweisungen halten, muss dies schriftlich in der Anwesenheitsliste festgehalten werden
- zuerst Verwarnung
- bei Wiederholung kommt es zum Trainingsausschluss
- Verbot der einzelnen Trainingsgruppe, Mannschaft, bis hin zur Schließung der kompletten Sportanlage bei gehäuften Zuwiderhandlung kann in Erwägung gezogen werden.



Spezielle Vorgaben an die Spieler



- Spieler bekommt vor jeder Trainingseinheit ein Briefing vom Trainer:
- Einhalten des Abstands und des Feldes
- **Ball nicht mit den Händen anfassen**
- Wenn der Ball in ein anderes Feld rollt, dann spielt der Übungsleiter der anderen Gruppe den Ball mit dem Fuß zurück ggf. wird die Trainingseinheit unterbrochen
- Bei leerem Feld darf der Spieler den Ball selber holen
- Trinkflaschen werden unter Einhaltung der Abstandsregelung positioniert werden
- Spieler bleiben in fester Trainingsgruppe
- Felderwechsel ist möglich (zu beachten, dass der Abstand maximal zu halten ist)

Vorgabe für die Spieler (im Fall von Minderjährigen die Eltern)



- **Einverständnis zur Teilnahme unter den gegebenen Bedingung schriftlich bestätigen und vor dem Restart des Trainings abgeben**
- Bei Symptomen im Haushalt lebenden Personen darf nicht mittrainiert werden
- Keine Fahrgemeinschaften bilden
- Ankunft 10 Minuten vor Trainingsbeginn (bei Verspätung darf an dieser Einheit nicht mittrainiert werden)
- Spieler*innen kommen umgezogen
- die Duschen und Umkleieräume sind gesperrt, Toilettennutzung möglich
- Genügend eigenes Trinken muss mitgebracht werden
- **Zuschauende Begleitpersonen sind nicht gestattet (müssen auf dem Feldweg warten)**

Trainingsplan ab KW 27 (29.Juni)



In KW 26 starten wir mit einem Testbetrieb und abgespeckter Mannschaftszahl, damit wir das Konzept auf seine Tauglichkeit überprüfen können. Sollte das Konzept überzeugen werden wir das ab KW 28 nach Rücksprache mit den Trainer weiter ausrollen.

Zeit / Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16:00 - 17:30 Uhr					
17:45 - 19:15 Uhr		B-Jugend	B-Mädchen	D-Jugend	
19:30 - 21:00 Uhr	C-Jugend	Aktive	Frauen	A-Jugend	Aktive

Es wird nur auf dem Nebenplatz trainiert!

Trainingsplan frühestens ab KW 28 (6.Juli)



So sähe dann der Plan ab KW 28 aus. Wobei wir diskutieren können ob wir die Bambinis und F-Jugend auch wieder starten oder noch abwarten.

Zeit / Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16:00 - 17:30 Uhr		E-Jugend			Bambini*
17:45 - 19:15 Uhr	D-Mädchen	B-Jugend	B-Mädchen	D-Jugend	F-Jugend*
19:30 - 21:00 Uhr	C-Jugend	Aktive	Frauen	A-Jugend	Aktive

Es wird nur auf dem Nebenplatz trainiert!

Corona Trainerleitfaden



Danke für euren Einsatz und euer Verständnis!

Wenn wir uns ALLE an die Vorgaben halten ist, steht einem erfolgreichen Training, mit Spaß und Freude nichts im Wege!