



Checkliste Trainingsbetrieb

Regeln vor dem Training

- Bitte auf Abstandsregeln bei der Anreise achten
- Hände waschen
- Teilnehmerliste ausfüllen
- Toiletten werden nicht benutzt

Regeln für das Training

- Jeglicher Körperkontakt wie Handshake oder Abklatschen unterbleibt im Sinne der Abstandsregel.
- Die Spieler bewegen die Bälle auf dem Platz ausschließlich mit dem Fuß.
- Ein- oder Zuwürfe sind nicht Gegenstand der Trainingsformen.
- Kopfbälle werden im Training nicht durchgeführt.
- Torwarthandschuhe sind während des Trainings wiederholt zu desinfizieren. Die Torhüter sollen ihr Gesicht möglichst nicht mit den Handschuhen berühren und die Handschuhe keinesfalls mit Speichel befeuchten!
- Übungsformen ohne Gegenspieler und unter Einhaltung des Mindestabstandes sind zunächst die Trainingsform der Wahl.
- Bei wartenden Spielern ist unbedingt auf die Abstandsregel zu achten!

Regeln nach dem Training

- Trainingsleibchen werden nur dann genutzt, wenn die Spieler ihr eigenes Leibchen mit zum Training bringen und es auch ausschließlich von ihnen selbst getragen wird. Alternative: die Leibchen werden vom Trainer zu Beginn des Trainings ausgegeben und während des Trainings nur von einem Spieler genutzt. Nach jedem Training werden die Leibchen unter Verwendung von Einmalhandschuhen eingesammelt und bei 60 Grad gewaschen.
- Bei einer Abreise mit dem PKW erfolgt nach dem Training der Wechsel von durchnässten oder verschwitzten Kleidungsstücken im Fahrzeug. Der Wechsel der Oberbekleidung nach dem Training ist aus gesundheitlichen und hygienischen Gründen anzuraten. So lange die Umkleiden geschlossen sind, sollten sichtgeschützte Bereiche auf dem Sportgelände unter Einhaltung der Abstandsregelungen genutzt werden.

Ort, Datum

Verantwortlicher (Druckschrift)

Unterschrift