



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

1. GRUNDSÄTZLICHES

- Die Teilnahme am eingeschränkten Trainingsbetrieb findet auf freiwilliger Basis statt.
- Gestattet sind ausschließlich Aktivitäten, welche im Freien stattfinden.
- Eine Teilnahme bei einer
 - nachgewiesenen SARS-CoV-2-Infektion,
 - eines Kontaktes zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen (enge Kontaktperson),
 - einer angeordneter Quarantäne, oder
 - mit Covid19-Symptomen ist nicht gestattet.

Im Zweifelsfall sollte immer die Teilnahme abgesagt werden. Es wird an die Eigenverantwortlichkeit aller Teilnehmer appelliert.

Zu den Symptomen gehören:

unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere (z. B. Atemnot, Husten, Schnupfen) oder

für eine Infektion mit SARS-CoV-2 spezifischen Symptomen (Verlust des Geruchs- oder Geschmacksinnes)

- Teilnahme am Training ist nur nach schriftlicher Bestätigung der Einhaltung der Regeln (bei Kindern und Jugendlichen auch durch einen Erziehungsberechtigten) gestattet.
- Auf dem gesamten Sportgelände ist grundsätzlich eine FFP2-Maske zutragen – eine Ausnahme besteht lediglich während der tatsächlichen Sportausübung.
- Der Sicherheitsabstand von mindestens 1,5 m ist auf der gesamten Anlage einschließlich der Parkplätze einzuhalten.
- Den ausgehängten Regeln und Hinweisschildern ist uneingeschränkt Folge zu leisten.
- Den Anweisungen der Trainer, Übungsleiter, Betreuer, den TSV-Verantwortlichen sowie den Corona-Beauftragten ist Folge zu leisten. Zuwiderhandlungen führen zum Ausschluss vom Training bzw. zum Verlassen des Trainingsbereiches.
- Der TSV Trostberg hat als Ansprechpartner („Corona-Beauftragte“) im Verein benannt:
 - Frau Kirsten Sans
 - Herrn Robert Magerl
 - Frau Birgit Seehuber
- Der TSV Trostberg hat als Koordinatoren für sämtliche Anliegen und Anfragen zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs im Verein benannt.
 - Frau Andrea Lechner (Mitglied des Vereinsvorstandes, Sportwartin)
 - Andrea.Lechner@tsv-trostberg.de
 - Herrn Hans Schönreiter (Mitglied des Vereinsvorstandes, 1. Vorsitzender)
 - Hans.Schoenreiter@tsv-trostberg.de



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

- Alle Trainer, Übungsleiter, Betreuer und Trainingsteilnehmer werden in die Vorgaben zum Trainingsbetrieb, die Maßnahmen des Vereins und des verantwortungsvollen Umgangs damit, unterwiesen.
- Die folgenden getroffenen Regeln und Hygienevorschriften werden gut ersichtlich an der Sportanlage ausgehängt und werden zudem vorab über einem Rundbrief per E-Mail sowie auf der Vereinswebsite zur Verfügung gestellt.

2. EINHALTUNG VON ABSTANDS- UND HYGIENEREGELN

Bei allem Tun sollte der eigene Gesundheitsschutz und derer, die mit uns Sport treiben, an erster Stelle stehen. Die wichtigsten Hygiene-Regeln müssen daher vor, während und nach dem Training immer eingehalten und berücksichtigt werden:

- Abstände von mindestens 1,5m einhalten.
- Persönliche Kontakte soweit wie möglich beschränken.
- Regelmäßiges und gründliches Händewaschen.
- Hygiene bei Husten und Niesen
- Bei Anzeichen von Krankheitssymptomen zu Hause bleiben

3. SPORTANLAGE/AUSSENBEREICH

- Die Sportanlage ist in Trainingsbereiche aufgeteilt. Siehe beigefügter Plan.
- Auf der Anlage sollen sich keine Zuschauer/zuschauenden Eltern aufhalten.
- Die Nutzung der Sportgaststätte richtet sich nach den aktuell gültigen inzidenzabhängigen Regelungen.
- Die Nutzung von Umkleiden und Duschen richtet sich nach den aktuell gültigen inzidenzabhängigen Regelungen.

Die Toiletten (beim Ausgang Richtung Jahnstraße) können jeweils von einer Person genutzt werden. Der Benutzer hat diese anschließend zu reinigen, ggf. zu desinfizieren.

Die Toilettenanlagen sind insbesondere zum Händewaschen geöffnet.



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

4. ALLGEMEINE HINWEISE ZUM TRAINING

- Das Training ist nur im zugewiesenen Trainingsbereich gestattet (siehe ausgehängte Tabelle).
- Es befindet sich immer nur eine Trainingsgruppe im zugeteilten Trainingsbereich.
- Es sind feste Trainingsgruppen zu bilden. Diese Gruppen dürfen nicht verändert werden. **Die maximale Teilnehmerzahl hängt vom Inzidenzwert und der Art der Sportausübung (mit oder ohne Kontakt) ab.** Vollständig geimpfte Personen oder genesene Personen sind bei der Gruppenbegrenzung nicht zu berücksichtigen.
- Zwischen zwei Trainingseinheiten verschiedener Gruppen wird eine Puffer-Zeit von 15 Minuten eingeplant, um ein Aufeinandertreffen der Gruppen zu vermeiden.
- Die Teilnehmer sollen möglichst einzeln zu Fuß, mit dem Fahrrad oder im privaten PKW ankommen. Fahrgemeinschaften sind zu vermeiden. Die Fahrräder sollen an den vorhandenen Stellplätzen mit ausreichendem Abstand abgestellt werden.
- Das Bringen und Abholen von Kindern ist nur bis zum bzw. zum Trainingsbereich gestattet
- Alle Teilnehmer kommen bereits in Trainingsbekleidung auf das Sportgelände. Schuhe können vor Ort im Trainingsbereich angezogen werden.
- Jeder soll sein eigenes Getränk mitbringen und darauf achten, dass es nicht zu Verwechslungen kommt (mit Namen beschriften!). Rucksäcke, Handtücher, sonstige Trainingsbekleidung sollen in der unmittelbaren Nähe des Trainingsbereiches gelagert werden.
- Jeder Teilnehmer wird vor Beginn des Trainings in die Trainingslisten eingetragen. **Der Teilnehmer darf an der Übungseinheit nur teilnehmen, wenn er den geforderten negativen Corona-Test (siehe nachfolgenden inzidenzabhängigen Regelungen) vorweisen kann und er sich rechtzeitig vorher angemeldet hat.**
- **Die aktuell gültige Regelung nach Inzidenzwert hängt immer gut ersichtlich an der Sportanlage aus (Aufsteller!)! Die Abteilungsleiter werden bei Änderungen vorab entsprechend informiert.**



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

GÜLTIG AB 07. JUNI 2021:

BEI EINEM INZIDENZWERT UNTER 50 SIND FOLGENDE SPORTAUSÜBUNGEN MÖGLICH:

Outdoor (unter freiem Himmel):

- Kontaktfreier Sport ohne Gruppenbegrenzung (altersunabhängig)
- Kontaktsport ohne Gruppenbegrenzung (altersunabhängig)
- Testpflicht entfällt

- Ferner sind Sportveranstaltungen unter freiem Himmel mit festen Sitzplätzen mit bis zu 500 Zuschauern (inklusive Geimpfte und Genesene) ohne Testpflicht zugelassen.
- Für alle Sportstätten und Sporteinrichtungen wird neben der Nutzung von Umkleideräumen und Sanitärräumen auch die Nutzung der Duschen zugelassen.
- Versammlungen sind im Außenbereich mit bis 100 Teilnehmer sowie im Innenbereich mit bis zu 50 Teilnehmern zugelassen.

5. HINWEISE FÜR TRAINER UND ÜBUNGSLEITER

- Die Trainer/ÜL führen pro Training eine Anwesenheitsliste mit Datum, Zeit und Namen der Teilnehmer. Zudem führen sie eine Abfrage von Symptomen durch und dokumentieren diese auf der Anwesenheitsliste. Aus Datenschutzgründen und zur evtl. Nachverfolgung von Infektionsketten werden die Listen nach dem Training in den TSV-Briefkasten eingeworfen.
- Die Trainer/ÜL erklären den Teilnehmer die Regeln vor Ort. Für die Einhaltung dieser Regeln ist der Trainer/ÜL in seinem Trainingsbereich verantwortlich.
- Trainer/ÜL nimmt die notwendigen Trainingsmaterialien mit in seinen Trainingsbereich. Nach dem Training reinigt der Trainer/ÜL die Trainingsmaterialien. Evtl. ist eine Desinfektion notwendig. Eine Übergabe von Trainingsmaterialien an einen nachfolgenden Trainer/ÜL ist ohne vorgehende Reinigung (ggf. Desinfektion) nicht gestattet.
- Die Trainer/ÜL gestaltet die Übungseinheit derart, dass sich verschiedene Trainingsgruppen nicht auf der Anlage begegnen (keine Überschneidungen von Trainingsbereichen)



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

SPEZIFISCHE HINWEISE FÜR BASKETBALL



Folgendes ist unbedingt allgemein zu beachten:

- **Umgezogen** und nach Möglichkeit **alleine** zum Sportplatz kommen
- Es gibt keine Umzieh- oder Duschköglichkeit vor Ort; die Toiletten sind geöffnet (vor allem zum Händewaschen)
- Unbedingt vorher beim Hygienebeauftragten **registrieren** und/oder **ankündigen**
- Falls jemand alleine am Sportplatz zum Trainieren fährt, bitte auch Bescheid geben
- Falls möglich einen **eigenen Ball** mitbringen
- Auf dem Weg zum Freiplatz **Abstand zu anderen halten** und grundsätzlich einen **Mund-Nasen-Schutz (FFP2-Maske)** tragen
- Während des ganzen Aufenthaltes immer in **Armbeuge husten & niesen**
- Vor dem Trainingsbeginn **Hände desinfizieren**
- *Wer sich nicht fit fühlt, bleibt bitte zuhause!*

Folgendes ist unbedingt beim Basketballtraining OUTDOOR zu beachten:

- Maximal 20 Personen pro Halbfeld (Nr. 4 & 5 lt. Lageplan)
- Es darf während des Trainings mit Körperkontakt trainiert werden.
- Von Begrüßungs- und Jubelritualien sollte abgesehen werden.
- Während des Trainings so wenig wie möglich ins Gesicht fassen.



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

ALLGEMEINES HYGIENESCHUTZKONZEPT FÜR EISHOCKEY



(STAND 03. MAI 2021)

Diese Vorgaben sollen Risiken in allen Bereichen minimieren. Wir appellieren an jede/n Spieler/in, und Trainer sowie alle Begleitpersonen den gesunden Menschenverstand einzusetzen. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat und sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte auf eine Teilnahme/Besuch verzichtet werden. Durch das Ausfüllen der Einverständniserklärung mit Bekanntgabe dieses Konzeptes ist sichergestellt, dass alle Sportler ausreichend informiert sind. Bei Nicht-Beachtung der Regelungen erfolgt ein Stadionverweis bzw. Ausschluss von der Veranstaltung. Weiterführende Konsequenzen sind möglich.

Geltende Regelungen:

- Alle Teilnehmer des Trainings werden in 5er Gruppen eingeteilt und dokumentiert. Ebenfalls muss dazu eine Einverständniserklärung ausgefüllt werden.
- Im gesamten Stadion herrscht Maskenpflicht außer während des Trainings an sich.
- Das Abstandsgebot von mind. 1,5m muss eingehalten werden.
- Körperkontakt (z.B. Begrüßung, Verabschiedung, etc.) ist untersagt.
- Gruppeneinteilungen, zugewiesene Bereiche, Ein- und Ausgänge, Laufrichtungen und Markierungen im Stadion müssen beachtet werden.
- Alle aktiven Sportler, Begleitpersonen, Trainer und Zuschauer werden angehalten, ausreichend Hände zu desinfizieren. Für ausreichende Desinfektionsgelegenheiten ist gesorgt.
- Hochfrequentierte Kontaktflächen werden regelmäßig desinfiziert.
- Eine festgestellte Infektion eines Teilnehmers muss dem Verein unverzüglich an JK@eishockey-trostberg.de gemeldet werden.

Sicherheits- und Hygieneregeln

Es dürfen nur Personen aktiv am Training teilnehmen, die die folgenden Bedingungen erfüllen:

- Jeder Übungsleiter verfügt für jedes Training bei einer Inzidenz über 100 über einen negativen COVID-19 Test, welcher nicht älter als 24 Stunden ist.
- Eine schriftliche Bestätigung zu den Corona-Regeln des TSV Trostberg, Abteilung Eishockey liegt vor.
- Kein Nachweis einer COVID-19 Infektion in den letzten 14 Tagen vor dem jeweiligen Training.
- Kein offener COVID-19 Test. Dies gilt auch für laufende Tests von Personen im selben Haushalt. Ausgenommen hiervon sind freiwillige, routinemäßige Reihentestungen (z.B. in Schulen)
- Kein Aufenthalt in den letzten 14 Tagen vor dem jeweiligen Training in einem Risikogebiet (s. Übersicht auf der Homepage des RKI). Ausgenommen hiervon sind bayerische Risikogebiete. Ein negativer Covid-19 Test, welcher frühestens 5 Tage nach Einreise gemacht wurde, hebt den Ausschluss auf.



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

SPEZIFISCHE HINWEISE FÜR FUSSBALL



Allgemeine Regelungen:

- Die Fußballmannschaften bis zur U13 (D-, E-, F- und G-Jugend) führen ihre Trainingseinheiten kontaktlos durch.
- Für die Mannschaften U15 und älter (A-, B- und C-Jugend), sowie für Erwachsene (Damen, Herren) können die Trainingseinheiten mit Kontakten ausgeführt werden.
- Trainings- und Freundschaftsspiele gegen andere Vereine sind nicht erlaubt!
- Jeder Rasenplatz ist in 4 Trainingsbereiche eingeteilt. Für das Fußballtraining werden die Trainingsbereiche pro Mannschaft (feste Trainingsgruppe) gemäß Outdoor-Trainingsplan zusammengefasst, um eine ordentliche Durchführung des Trainingsbetriebes zu gewährleisten.
- Körperliche Begrüßungsrituale (z.B. Händedruck/Umarmungen) sind zu unterlassen.
- Unterlassen von Spucken und von Naseputzen auf dem Spielfeld.
- Beim gemeinsamen Tragen von Toren ist der Mindestabstand einzuhalten.
- Jeder soll sein eigenes Leibchen mitbringen und waschen. Ein Leibchenwechsel während des Trainings darf nicht stattfinden.
- Die Feldspieler bewegen die Bälle auf dem Platz ausschließlich mit dem Fuß. Ausschließlich ein Torwarthandschuhe tragender Torhüter darf den Ball mit den Händen berühren.
- Ein- oder Zuwürfe bzw. Kopfbälle sind nicht Gegenstand der Trainingsformen.
- Der Mindestabstand sollte besonders auch bei wartenden Spielern weiterhin beachtet werden

Kontaktfreie Sportausübung

- Erlaubt sind nur Übungsformen ohne Gegenspieler unter Einhaltung des Mindestabstandes (z.B. Passspiel/Torschuss).
- Nicht erlaubt ist das klassische Fußball spielen („Abschlusspiel“), auch nicht unter Einhaltung der Mindestabstände.
- Das Training muss zwingend kontaktfrei gestaltet werden, d. h. trainiert werden insb. keine Zweikämpfe.
- Neben den Übungsformen mit Ball und ohne Gegenspieler sollten weiterhin Konditionstraining, Athletiktraining und Individualtraining unter Berücksichtigung der Hygiene- und Abstandsregeln Gegenstand des Trainings sein.
- Trainingsformen, die die Abstandsregel beachten, sind möglich (z. B. Spielformen mit Zonen und einer Zone pro Spieler, „Tischkicker“), „Fußball-Tennis“ ist nur im 1:1 und nur mit dem Fuß möglich.
- Die Trainer können sich für die kontaktfreie Gestaltung von Trainingsübungen online unter www.zusammenhalt.bayern bzw. www.bfv.de/coronatraining informieren.



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

Kontaktsport

- Die Mannschaften sollen vorerst überwiegend eine kontaktfrei durchgeführt. (siehe Regelungen zur kontaktfreier Sportausübung)
- Beim Kontakttraining (Zweikämpfe, Spielformen mit Zweikämpfen/Körperkontakt, Abschluss-bzw. Trainingsspiele, etc.) soll in etwaigen Pausen, Unterbrechungen, etc. auf die Abstandsregeln geachtet werden.

Nutzung der Umkleieräume

- In den Umkleiden wird auf eine ständige Durchlüftung geachtet. Vor und nach der Benutzung muss ausreichend durchgelüftet werden (30 Minuten!)
- Bei der Benutzung der Räumlichkeiten ist der Mindestabstand von 1,5 Meter einzuhalten.
- Die generelle Aufenthaltsdauer in den Umkleidebereichen soll auf das notwendige Minimum beschränkt werden.
- In den Umkleideräumen und Gängen ist grundsätzlich ein Mund-Nasen-Schutz oder FFP-Maske zu tragen.

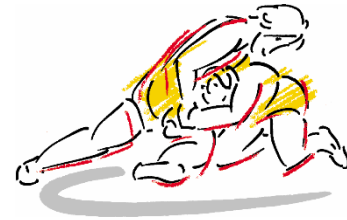


TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

SPEZIFISCHE HINWEISE FÜR RINGEN



- Das Ringertraining findet inzidenzabhängig nach den Vorgaben des Gesundheitsamtes Traunstein statt.
- Dabei gibt es drei Varianten:
 1. Kontaktloses Outdoortraining
 2. Outdoortraining mit Kontakt oder Indoor ohne Kontakt
 3. Indoortraining mit Kontakt.
- Die Trainer informieren sich regelmäßig über den aktuellen Stand.

Zu 1. Kontaktloses Outdoortraining

- Für das Ringertraining stehen die Plätze 1 – 3, bei Bedarf auch 4 zur Verfügung. Insgesamt kann/darf 1 Trainer max.19 Spieler in 4 Gruppen gleichzeitig betreuen. Die maximale Gruppenanzahl bleibt bestehen. Die Gruppen dürfen nicht durchgemischt werden.
- Jeder soll folgende Dinge selbst dabei haben: Ball, Matte oder Handtuch, Springseil.
- Erlaubt sind nur Übungsformen ohne Partner unter Einhaltung des Mindestabstandes (z.B. Laufen, Springen Einzelgymnastik).
- Nicht erlaubt sind Mannschaftsspiele (z. B. Fußball, Handball), auch nicht unter Einhaltung der Mindestabstände.
- Das Training muss zwingend kontaktfrei gestaltet werden, d. h. ein ringkampfspezifisches Training kann nicht stattfinden.
- Trainingsinhalte sind Konditionstraining, Athletiktraining und Individualtraining unter Berücksichtigung der Hygiene- und Abstandsregeln zur Schulung von Kraft Ausdauer und Koordination
- Partnerübungen mit Ball sind nur möglich, sofern der Ball ausschließlich mit dem Fuß gespielt wird und Abstands- und Hygieneregeln eingehalten werden. Das partnerschaftliche Ballspiel mit der Hand ist nicht Gegenstand der Trainingsformen.
- Der Mindestabstand ist besonders auch bei wartenden Ringern zu beachten.
- Trainingsformen, die die Abstandsregel beachten, sind möglich (z. B. Läufe, Sprungtraining, Zirkeltraining (unter Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln).

Zu 2. Outdoortraining mit Kontakt oder Indoortraining ohne Kontakt

- Bei schönem Wetter wird draußen trainiert, bei schlechtem Wetter in der Halle.
- Wird mit Kontakt trainiert, ist darauf zu achten, dass sich die Kontakte auf eine Kleingruppe von max. 4 Ringern beschränken.
- Erlaubt sind neben kontaktfreiem Training auch Mannschaftsspiele und Übungsformen mit Partner.
- Ringkampfspezifisches Training kann auf Platz 1 auf der Rasenfläche stattfinden.



TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

- Zwischen den verschiedenen Kleingruppen ist der Mindestabstand einzuhalten.
- Trainingsgegenstände (Ball, Seil o. ä.) die von verschiedenen Ringern mit der Hand berührt werden, werden vor Gebrauch durch den einzelnen Ringer stets mit einem Flächendesinfektionsmittel desinfiziert. Alternativ kann auch eine Handdesinfektion durchgeführt werden.
- Bei kontaktlosem Indoortraining (Schlechtwettervariante) gelten die Bedingungen für das kontaktlose Outdoortraining. Auf dem Weg in die Halle ist ein Mund-Nasenschutz (FFP2-Maske) zu tragen.

Zu 3. Indoortraining mit Kontakt

- Es gelten die Regeln für Outdoortraining mit Kontakt.
- Auf dem Weg in die Ringerhalle ist ein Mund-Nasen-Schutz (FFP2-Maske) zu tragen.

- Die Trainer können sich online unter https://www.brw-ringen.de/index.php?option=com_wbw&view=wbw&Itemid=516&tk=dw&dwbid=1&op=lcl&opa=0&ops=counter&dwcid=67#top über das Hygienekonzept des Bayerischen Ringerverbands informieren.

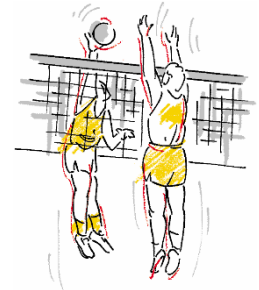


TSV 1863 TROSTBERG

Regeln und Hinweise für den Trainingsbetrieb im Außenbereich des Jahnstadions ab dem 10.05.2021

Stand: 07.06.2021

SPEZIFISCHE HINWEISE FÜR VOLLEYBALL



- Gruppenbezogene Trainingseinheiten werden indoor auf höchstens 120 Minuten beschränkt.
- Die Größe der Trainingsgruppen richtet sich nach dem Platzangebot in der Sporthalle. Es soll der Mindestabstand von 1,5 Metern gewahrt werden.
- Beim gemeinsamen Aufbau oder Anpassen des Netzes soll der Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten werden.
- Vor und nach dem Training sowie in den Spielpausen findet eine Hand- und Balldesinfektion statt.
- Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause befüllt worden ist.
- Keine körperlichen Begrüßungsrituale durchführen.
- Vermeiden von Abklatschen, in den Arm nehmen und gemeinsames Jubeln.