



Konzept für den Wiederbeginn des Fußballtrainings nach der Corona-Pause

Am Montag, den 11. Mai, werden die Sportplätze wieder geöffnet. Allerdings gibt es weiter Einschränkungen. Für das Fußballtraining des VfR Merzhausen soll daher Folgendes gelten:



Allgemeine Maßnahmen

- Training pro Mannschaft nur einmal wöchentlich (Ausnahme: Aktive in Kleingruppen, ggfs. Wochenend-Training).
- Mehrere Trainingsgruppen pro Mannschaft sind möglich. Maximal 5 Spieler pro Gruppe, maximal 15 Spieler pro Platzhälfte (entsprechend 5 Spieler pro 1000 m²).
- Alle Spieler melden sich beim Trainer an (z.B. WhatsApp-Gruppe) und bestätigen, dass sie sich gesund fühlen und keinerlei Atemwegs-Symptome aufweisen.
- Ggfs. entscheidet der Trainer, wer ins Training kommen kann.
- Trainer müssen spätestens am Tag nach jedem Training die Teilnehmer dem Coronavirus-Beauftragten per E-Mail melden (Henner.Berning@gmx.de).
- Die Spieler kommen umgezogen ins Training bzw. ziehen sich im Freien um.
- 30 Minuten Pause zwischen dem Wechsel der Trainingsgruppen/Mannschaften.
- Nach dem Training ist der Platz sofort zu verlassen (Ausnahme: keine nachfolgende Trainingsgruppe, dann Beisammensein nur auf dem Platz unter Wahrung der Abstände).
- Nach dem Training wird zu Hause geduscht und nicht im Vereinsheim.
- Das Vereinsheim wird nur von den Trainern oder maximal einem Spieler pro Mannschaft betreten.
- Am Platzeingang werden die Hände desinfiziert.

Trainingsablauf

- Begrüßung und Erklärungen auf dem Platz unter Beachtung des Mindestabstands.
- Vor jedem Training Erinnerung an Abstandsregeln und Husten-/Niesetikette.
- Trainingseinheiten mit Schwerpunkt auf Pass- und Schussübungen.
- Koordinations- und Konditionstraining. Parcours mit Abstand.
- Kleinstgruppen bleiben während des Trainings dieselben. Kein Wechsel der Spieler zwischen den Gruppen.
- Spielformen im Training nur in Kleinstgruppen (bis 3 gegen 2) ohne Körperkontakt.
- Bei allen Übungen ist von Spielern und Trainern auf die Einhaltung von Abständen zu achten. Zumindest bis Pfingsten darf nach Vorgaben der Landesregierung im Training

kein Körperkontakt bestehen!

Spiele

- Vorläufig keine Testspiele.

Die genannten Maßnahmen behalten zumindest bis zu den Pfingstferien Gültigkeit.