

# Regelungen zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs im Basketball beim SV Rot-Weiß Sutthausen e.V.



(Version vom 18.05.2020)

Die Regelungen orientieren sich an den Empfehlungen des

LSB Niedersachsen vom 13.05.2020 und den Empfehlungen des DBB vom 08.05.2020

## **Basketballspezifische Regelungen und Hygienemaßnahmen:**

- ständige Aufsicht durch die/den Trainer/in, die/den Mannschaftsverantwortliche/n
- max. 6 Sportler gleichzeitig in einer Hallenhälfte/ 12 Sportler in der ganzen Halle
- Führung von Anwesenheitslisten je Trainingseinheit
- Es findet Training ohne Körperkontakt statt, d.h. Wurf- und Techniktraining, Balltraining, Dribbeltraining und Einzeltraining
- Desinfizierung der verwendeten Trainingsmaterialien nach der Trainingseinheit
- **Stufe 1:** Jeder Sportler nutzt einen eigenen Spielball, der auch nur von ihm berührt wird
- **Stufe 2:** Zwei Sportler (dauerhaft gleiche Passpartner) nutzen gemeinsam einen eigenen Spielball
- **Stufe 3:** Übungen im 1-1, 2-2 und 3-3 sind mit Kontakt möglich. Die dafür gebildeten Kleingruppen bleiben in ihrer Besetzung möglichst konstant.
- Trainingseinheiten finden mit 10min Abstand zueinander statt

## **Darüber hinaus gelten die allgemeinen Regelungen und Hygienemaßnahmen:**

- Verzicht auf Händeschütteln, Abklatschen oder ähnlicher Körperkontakt
- Einhaltung des Mindestabstandes von zwei Metern bei allen Übungen
- Einhaltung der Hygienemaßnahmen (Händewaschen/Waschregeln)
- Nur Sportler ohne Krankheitssymptome dürfen am Training teilnehmen
- Keine Verwendung von Umkleidekabinen, Duschen (> Umgezogen kommen!)
- Jeder Sportler nutzt ausschließlich die eigene Trinkflasche
- Kein Aufenthalt in den Fluren
- Beachten der Abstandsregeln beim Erreichen und Betreten der Halle
- Nach Betreten des Gebäudes Hände waschen vor Betreten der Halle
- Keine Zuschauer, Gäste, Eltern etc. in der Sporthalle erlaubt

Bei Missachtung dieser Regeln können Teilnehmer vom Übungsleiter / Übungsleiterin unmittelbar des Trainings verwiesen werden. Die Teilnehmer (bzw. deren Erziehungsberechtigte) erklären sich mit diesen Regelungen einverstanden.