



**Liebe Leichtathletinnen,
liebe Leichtathleten,**

die aktuellen Entwicklungen in der Pandemie veranlassen uns dazu, euch einige Empfehlungen zu geben. Bitte beachtet zusätzlich die Hinweise des Robert-Koch-Institutes https://www.rki.de/DE/Home/homepage_node.html.

Neben allen Empfehlungen möchten wir an die Eigenverantwortung jedes Einzelnen appellieren, nur so können wir hoffentlich den Trainingsbetrieb langfristig wieder aufnehmen und das Infektionsrisiko für Athlet*innen und Trainer*innen minimieren.

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) gibt in seiner Veröffentlichung zum Wiedereinstieg in den Sport die Möglichkeit mit Kindern bis 14 Jahre in Gruppen bis 20 Personen zu trainieren. Das Land Hessen weicht von dieser Regelung ab und ermöglicht ein Training für Kinder unter 15 Jahren in unbegrenzter Gruppengröße. Wir haben uns in unserer Empfehlung für eine Gruppengröße von 10 Personen (9:1, Athleten:Trainer) entschieden. Wir tun das in der Überzeugung, dass wir so eine schrittweise Rückführung in den normalen Trainingsbetrieb ermöglichen **Die Gesundheit unserer Trainer*innen und Athlet*innen steht für uns dabei im Vordergrund.**

Diese Trainingsregelung wird durch das Inkrafttreten der „Notbremse“ gem. Bundesinfektionsschutzgesetz, ab einer Inzidenz von 100 verändert. Dann ist das Training von Kindern und Jugendlichen bis 14 Jahre in Gruppen mit maximal 5 Athlet*innen möglich. Außerdem muss die „Anleitperson“ einen negativen Corona-Schnelltest nachweisen.

Handlungsempfehlung

geänderte Fassung vom 23.04.2021

- ➔ Die **Vereinsführung** übernimmt die **Gesamtverantwortung** für die Trainingsdurchführung. Eine Liste der berechtigten Trainer*innen und Athlet*innen ist dem Träger der Sportstätte vorzulegen. Bitte sucht die direkte **Absprache** mit den **Städten und Gemeinden**.
- ➔ Der Verein legt dem Träger der Trainingsstätte wöchentlich einen **Belegungsplan** vor. Der Belegungsplan sollte im Vorfeld mit den anderen, die Trainingsstätte nutzenden Vereinen, abgestimmt sein. Für jede Trainingsstätte werden die zugelassenen Personen (Teilnehmer, Übungsleiter) und Trainingseinheiten dokumentiert.
- ➔ Bitte sorgt dafür, dass ausreichend Hygienemittel (Geräte- und Händedesinfektion), sowie Papier- oder Einmalhandtücher vor Ort sind. Wir empfehlen zusätzlich, dass jeder Trainer/ Athlet ein eigenes **Händedesinfektionsmittel** mit sich führt. Die jeweiligen Hygienekonzepte der Trainingsstättenbetreiber und die Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts sind bitte zu beachten.
- ➔ Auf einem Sportplatz sollten **nicht mehr als 80 Personen** gleichzeitig trainieren. Diese Zahl sollte bei kleinen Stadien/ Sportplätzen entsprechend reduziert werden.
- ➔ Für Kinder (bis einschließlich 14 Jahre) empfehlen wir - wenn möglich - eine maximale Gruppengröße von 10 Personen (1:9, Trainer: Athleten). Athlet*innen ab 15 Jahren



können **mit max. 2 Hausständen** bis zu einer Gruppengröße von höchstens 5 Personen und einem Trainer trainieren (z. B. 2 Athlet*innen und 1 Trainer*in). Dabei dürfen die Gruppen nicht durchmischert werden. **ACHTUNG: Dies ändert sich bei einer Inzidenz ab 100 durch das Bundesinfektionsschutzgesetz, s.o.**

- Ein darüber hinaus gehender Trainingsbetrieb in Sporthallen und Krafträumen ist derzeit nicht möglich.
- **IMMER UND ÜBERALL** empfehlen wir einen Mindestabstand von **2 m zwischen den Personen einer Trainingsgruppe** - auch bei allen Trainingsübungen! Das Training ist so zu organisieren, dass zwischen den einzelnen **Trainingsgruppen** immer ein **Abstand von 15 m** eingehalten werden kann.
- Trainer*innen empfehlen wir das Tragen einer FFP2-Maske während des gesamten Trainings.
- Die **Anreise** zum Training sollte nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln und nicht in Fahrgemeinschaften erfolgen (ggfs. Maskenpflicht beachten).
- Auf „**Begrüßungsrituale**“ (Handsclag, Umarmung, Faust, Körperkontakt etc.) **sind zu vermeiden!**
- Trainingseinheiten werden unter **Ausschluss der Öffentlichkeit** absolviert. Eltern oder andere Angehörige haben keinen Zutritt zur Trainingsfläche.
- Zu den Trainingseinheiten kommen die Athlet*innen in Trainingskleidung und gehen **DIREKT** zur Trainingsfläche.
- Trainingsgruppen können die Trainingsflächen erst betreten, wenn die vorherige Trainingsgruppe die Sportanlage verlassen hat. Zwischen den einzelnen **Trainingsgruppen** darf **kein Kontakt** stattfinden.
- Nach dem Training fahren/ gehen die Athlet*innen möglichst **DIREKT** nach Hause.
- Alle Teilnehmer am Training halten die **allgemeinen Hygienemaßnahmen** und Vorgaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung streng ein.
- In den **Toiletten** wird ein Hinweis auf gründliches Händewaschen angebracht und es werden ausreichend desinfizierende Seife sowie nicht wiederverwertbare Papierhandtücher zur Verfügung gestellt.
- **Trainingsgeräte** (Kugeln/Diskens/Speere/Stäbe etc.) sollten in der Trainingseinheit jedem einzelnen Athleten **zugeordnet** und durch keinen anderen Athleten genutzt werden. Die benutzten Geräte sollten vom jeweiligen Nutzer nach dem Training **desinfiziert werden**.
- **Staffeltraining** ist nicht zu empfehlen, da der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann.
- Die Nutzung von **Matten** für die Gymnastik, die Mobilisation und das Stabilisationstraining ist nur mit eigenen Handtüchern möglich. Alle Teilnehmer nehmen hierfür eigene **Handtücher** mit in das Training.



- Bitte **informiert** Euch täglich in den Medien über die aktuellen Entwicklungen, Allgemeinverfügungen und **Empfehlungen** zum Coronavirus.
- Bei Fragen wendet euch gerne an den Hessischen Leichtathletik-Verband unter info@hlv.de.

Bundesstützpunkt Leichtathletik Frankfurt am Main

Für den Berufs- und Spitzensport gem. Definition des HMdIS vom 3.11.2020 gelten am Bundesstützpunkt Frankfurt (LA-Halle Frankfurt-Kalbach, HLV-Leistungszentrum Hahnstraße) zusätzlich folgende Regelungen:

- Die Nutzung der Trainingsflächen am BSP Frankfurt ist nur nach vorherigem Ausfüllen der [Selbstverpflichtung BSP FFM](#) möglich.
- Vor Betreten der Trainingsfläche müssen die Hände desinfiziert werden.
- In der Hahnstraße erfolgt die Registrierung über den zu scannenden QR-Code, in Kalbach über die Zutrittskarten.
- Das Training findet nur in dem definierten **Athleten-/Trainer-Gespann (max. 5:1)** auf den zugewiesenen Trainingsflächen statt (Belegungsplan!). **Ein Trainer kann immer nur eine Gruppe (Outdoor und Halle) betreuen! Kein Wechsel zwischen den Trainingsgruppen zur gleichen Zeit!**
- Am Bundesstützpunkt Frankfurt besteht auf der gesamten Trainingsanlage Hahnstraße/ Leichtathletikhalle-Kalbach Maskenpflicht bis zum Betreten der Trainingsfläche. Trainer*innen sind zum Tragen von FFP2-Masken auch während des Trainings verpflichtet.
- Für die Leichtathletikhalle in Frankfurt-Kalbach gilt eine max. Personenzahl von 50.
- In den Krafträumen in der Hahnstraße und in Kalbach gilt ein Personenschlüssel von 4:1 (max. 5 Personen **einer** Trainingsgruppe). Die Nutzung erfolgt gem. dem wöchentlichen Belegungsplan. Außerdem ist für die Nutzung ein eigenes Handtuch erforderlich. Trainingsgeräte sind vor und nach der Nutzung zu desinfizieren.
- Athlet*innen und Trainer*innen, die an Wettkämpfen oder Trainingsmaßnahmen außerhalb des BSP FFM teilgenommen haben, melden sich bei Carsten Ebert oder Gudrun Rouhi.

Es können nur Personen das Training aufnehmen, die die folgenden Bedingungen erfüllen - gilt für jedes Training und auch für Trainer!

- Aktuell bzw. in den letzten 14 Tagen keine Symptome einer SARS-CoV-Infektion (Husten, Halsweh, Fieber/erhöhte Temperatur, Geruchs- oder Geschmacksstörungen, allgemeines Krankheitsgefühl, Muskelschmerzen) haben/hatten.
- Kein Nachweis einer SARS-CoV-Infektion in den letzten 14 Tagen.
- In den letzten 14 Tagen kein Kontakt zu einer Person, die positiv auf SARS-CoV getestet worden ist.
- Für Reiserückkehrer aus den Risikogebieten verweisen wir auf die jeweils gültige Landesverordnung. Für am Bundesstützpunkt Frankfurt trainierende Athlet*innen und Trainer*innen besteht zusätzlich Meldepflicht beim BSP-Leiter (Carsten Ebert).



In allen anderen Fällen ist die Teilnahme am Training und der Aufenthalt auf der Trainingsstätte untersagt. Über das weitere Vorgehen hat der behandelnde Arzt zu entscheiden.