

An alle Mitglieder, Trainer, Eltern und Kinder

HC Niesky 1920 e.V.
Christian Buhse
Am Mühlgraben 6
02923 Biehain

Tel.: 01752617873 (mobil)

Niesky, den 11.05.2020

Sehr geehrte Eltern, geschätzte Mitglieder, liebe Kinder,

anbei befindet sich die aktualisierte Fassung (11.05.2020) der Richtlinien für das Training während der Corona-Pandemie. Diese beinhaltet zusätzliche Vorgaben vom DHB (Deutscher Hockey Bund). Außerdem wurde ein grober Trainingsplan erarbeitet, damit alle eine Vorstellung vom Ablauf bekommen.

Zum besseren Verständnis für alle auch noch einmal die Übersicht, für welche Gruppen und in welcher Reihenfolge das Training stattfindet. Die momentane Entscheidung beruht weitestgehend auf der Grundlage, welche Schulklassen (Abschlussklassen) momentan wieder am Unterricht teilnehmen dürfen.

Vorerst findet ab der 20. KW für folgende Altersklassen Training auf den Jahnsportplatz statt:

Montag, 11.05.2019: 16.30 bis 17.30 Uhr – KB/KC 2009/2010 (Denis Führich)

Mittwoch, 13.05.2019: 17.00 bis 18.00 Uhr – MB/MC 2009/2010 (Joline Stief/Gina Herrmann)
18:15 bis 19.15 Uhr – Damen/WJA ab 2003 (St. Mitschke/Robert Knoff)
19.30 bis 20.30 Uhr – Herren ab Jahrgang 2003 (Matthias Mann)

Ab der 21. KW zusätzlich weitere Altersklassen:

Montag, 18.05.2020: 16.30 bis 17.30 Uhr – KC 2010 bis 2012 (Denis Führich, Hagen Geide)
17.40 bis 18.40 Uhr – KB 2008/2009 (Denis Führich, Hagen Geide)

Mittwoch, 20.05.2020: 16.30 bis 17.30 Uhr – MB/MC 2009-2012 (Joline Stief/Gina Herrmann)
17.40 bis 18.40 Uhr - Knaben A/MJB 2004 bis 2007 (Thomas Stalive, n.N.)
17.45 bis 18.45 Uhr – MA/WJB 2004 bis 2008 (St. Mitschke/Robert Knoff)
18:50 bis 19.50 Uhr – Damen/WJA ab 2003 (St. Mitschke/Robert Knoff)
20.00 bis 21.00 Uhr – Herren ab Jahrgang 2003 (Matthias Mann)

Die restlichen, jüngeren Altersklassen folgen nach Aufforderung der jeweiligen Trainer wahrscheinlich ab der 22. KW. Änderungen werden zeitnah ergänzt.

Mit Besten Grüßen und bleibt gesund.

- Der Vorstand -

Regeln zu dieser besonderen Durchführung zum Unterschreiben:

1. Um Sportstätten wieder für Sport- und Bewegungsangebote zu öffnen, müssen die Sportlerinnen und Sportler vorab über die Infektionssymptome von COVID 19 informiert sein. Je nach Alter schließt das auch ihre Erziehungsberechtigten ein. Bei Auftreten dieser Symptome kann keine Teilnahme an einem Sportangebot erfolgen. Außerdem ist bei Auftreten das verantwortliche Trainingspersonal telefonisch und/oder per E-Mail zu informieren.
2. Vor den Sportangeboten findet eine Aufklärung über die grundsätzlichen Hygiene- und Abstandsregeln statt. Dazu gehört die Desinfektion der Hände, Husten- und Niesetikette sowie der erforderliche Mindestabstand. (Desinfektionsmittel sind bei Bedarf beim jeweiligen Betreuer zu erfragen) Umkleidekabinen und Duschen bleiben geschlossen. Sich umziehen und duschen sollten Sportler/Sportlerinnen zuhause.
3. Zum Sportangebot sind eigene Getränke mitzubringen. Auch eigene Handtücher sollten mitgebracht werden zum Abtrocknen des Körpers nach der Belastung.
4. Zugang zur Sportstätte erhalten nur Sportlerinnen und Sportler, Trainerinnen und Trainer beziehungsweise das dringend erforderliche Funktionspersonal.
5. Die Aufenthaltsdauer in den Räumlichkeiten der Sportstätten vor und nach dem Training sollte so kurz wie möglich ausfallen.
6. Bei Nichteinhaltung wird man vom Training ausgeschlossen, der/die Spielerin muss das Gelände verlassen, gegebenenfalls von Eltern abgeholt werden.

7. Jeder bekommt persönlich ein Leibchen zur besseren Unterscheidung/Identifizierung während des Trainings. Dieses ist gewaschen zum nächsten Trainingstermin mitzubringen. Ansonsten ist eine Teilnahme am Training nicht mehr möglich.
8. Körperkontakt zu anderen Mitmenschen ist gänzlich untersagt (Verzicht auf Handschlag, Umarmungen etc.)
9. Ein Mindestabstand von 1,5 m untereinander ist stets zu gewährleisten.
10. Trainingsmaterialien (sowie Bälle) sind nur vom zuständigen Trainer zu beräumen.
11. Fahrgemeinschaften zum Sportplatz sind untersagt. Am Eingang jeweils einzeln eintreten. Das Gleiche gilt beim Verlassen des Geländes.
12. Eine Voranmeldung ist zu jedem Trainingstermin beim jeweiligen Betreuer notwendig, um eine Gruppeneinteilung bereits im Vorfeld vorzunehmen.
13. Um einen reibungslosen Wechsel der Trainingsklassen zu gewährleisten, ist es notwendig, dass sich alle an die jeweiligen Zeiten halten. (pünktlich – aber nicht überpünktlich!)

Bitte ausgefüllt in Druckbuchstaben an die E-Mail: info@hcniesky1920.de

Hiermit bestätige ich mit meiner Unterschrift, dass ich die oben genannten Regelungen zum Trainingsbetrieb des HC-Niesky 1920 e.V. während der Covid-19 Pandemie gelesen und verstanden habe. Weiterhin verpflichte ich mich, zum Wohle der Allgemeinheit, zu deren Einhaltung.

Als Elternteil (Erziehungsberechtigter) versichere ich, dass ich mein Kind entsprechend der Regelungen belehrt habe.

Training Teilnehmer:

Name: _____

Vorname: _____

Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____

Bei minderjährigem Teilnehmer zusätzliche Angaben zum Erziehungsberechtigten:

Name: _____

Vorname: _____

Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____

Trainingsplan für das Covid19-Training:

1. Individual Training (ohne Körperkontakt)

- Athletiktraining (Bsp.: Ausdauer, Sprint, Kraftzirkel, etc.)
- Techniktraining (Bsp.: Ballführung, Vorhand-Rückhand, Dribbeln, etc.)
- max. 1 Trainingspartner

2. Kleingruppentraining (ohne Körperkontakt)

- Bsp.: Torschussübungen, Passspiel etc.
- Übungen überwiegend in Kleingruppen und ohne Körperkontakt (kein Zweikampfverhalten!)
- Aufteilung bspw. s. Bild
- Kleingruppen unbedingt **immer** beibehalten



3. Mannschaftstraining (ohne Körperkontakt!)

- Zusammensetzen der Kleingruppen für komplexere Übungen möglich (ohne Zweikampfverhalten)
- Gruppeneinteilung aber dementsprechend beibehalten (Infektionskette)

Die Abstandsregelung von 1,5m ist während des gesamten Trainings aufrechtzuhalten. Alle Übungen müssen dementsprechend darauf ausgerichtet sein. Das gilt ebenso für Besprechungen am Taktik-Board.