

# Hygienekonzept Hallentraining



## 1. ABSTANDSREGELUNG BEACHTEN .

Max. 10 Personen in einer Gruppe mit Körperkontakt. Bei betreten und Verlassen auf den Sicherheitsabstand achten.

## 2. GRÜNDLICHES HÄNDEWASCHEN

Vor, nach und gegebenenfalls auch während des Trainingsbetriebs sollten die Hände gründlich entlang der Hygieneregeln des RKI gewaschen werden, um eine Verbreitung des Virus bzw. eine Ansteckung zu vermeiden. In den Sanitäreinrichtungen muss **mindestens** Flüssigseife bereitgestellt werden. Einen genauen Leitfaden mit Hinweisen zur Hände- hygiene sind unter [www.dhb.de/returntoplay](http://www.dhb.de/returntoplay) zu finden .

## 3. RICHTIGES HUSTEN UND NIESEN

Um keine Krankheitserreger weiterzuverbreiten und andere vor Ansteckung zu schützen, sollten Erkrankte die folgenden allgemeinen Regeln beachten:

- Abstand von mindestens einem Meter von anderen Personen einhalten und wegdrehen
- Niesen oder husten am besten in ein Einwegtaschentuch, das nach einmaligem Gebrauch in einen Mülleimer mit Deckel geschmissen wird
- Ist kein Taschentuch griffbereit, sollte die Armbeuge vor Mund und Nase gehalten und ebenfalls dabei von anderen Personen abgewendet werden
- Nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten gründlich die **Hände waschen!**

## 4. REINIGUNG VON MATERIALIEN

Das RKI äußert sich diesbezüglich wie folgt: „In diesem Zusammenhang wird auch da- rauf hingewiesen, dass die konsequente Umsetzung der Händehygiene die wirksamste Maßnahme gegen die Übertragung von Krankheitserregern auf oder durch Oberflächen darstellt. [...] Wird eine Desinfektion im Einzelfall als notwendig erachtet, so sollte diese generell als Wischdesinfektion durchgeführt werden. Eine Sprühdeseinfektion, d.h. die Be- netzung der Oberfläche ohne mechanische Einwirkung, ist weniger effektiv und auch aus Arbeitsschutzgründen bedenklich, da Desinfektionsmittel eingeatmet werden können. Auch Raumbegasungen zur Desinfektion sind hier grundsätzlich nicht erforderlich.“

## 5. BELÜFTUNG GESCHLOSSENER RÄUMLICHKEITEN

Bei der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs in Turn- und Sporthallen bzw. generell in geschlossenen Räumlichkeiten sollte auf eine ausreichende und regelmäßige Belüftung des Innenraums geachtet werden.

## 6. RISIKOGRUPPEN SCHÜTZEN

Sportler\*innen, Trainer\*innen, Schiedsrichter\*innen etc., die Teil der Risikogruppe sind (unter anderem auch mit relevanten Vorerkrankungen), oder mit Risikogruppen in direktem Kontakt stehen, wird empfohlen vorerst nicht eingesetzt zu werden. Sollten sich Personen trotz der Zugehörigkeit zu der Risikogruppe entscheiden am Handballbe- trieb teilzunehmen, liegt dies und die Folgen dieser Entscheidung in der Verantwortung des Einzelnen.

## 7. NUTZUNG VON (EIGENEN) MATERIALIEN

Generell wird empfohlen eigene Materialien, wie Handbälle etc., im Trainingsbetrieb zu nutzen. Ansonsten sollten Bälle ausschließlich in den jeweiligen Kleingruppen verwendet und markiert werden.

**DESINFEKTIONSMITTEL VOR- und NACH dem Trainingsbetrieb benutzen!**