



EMPFEHLUNGEN DES HFV BEI DER WIEDERAUFNAHME DES TRAININGSBETRIEBS

Zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs in allen Vereinen des Hamburger Fußball-Verbands empfiehlt der HFV in Abstimmung mit seinen HFV-Verbandssportlehrern und dem DFB die nachstehenden grundlegenden Regelungen und Hinweise. Die Bestimmungen der Regierungen der jeweiligen Bundesländer (Hamburg, Niedersachsen und Schleswig-Holstein) gelten darüber hinaus. Einzuhalten sind:

- **ein Mindestabstand von 1,5m (besser 2m)**
- **kein Körperkontakt für Begrüßung, Verabschiedung, Jubel oder Trauer (kein Abklatschen etc.)**
- **trainiert wird unter freiem Himmel**
- **Umkleidehäuser, Duschen und Vereins-Gastronomie sind geschlossen (Toiletten bleiben geöffnet)**
- **Hygieneregeln sind einzuhalten**
- **Fahrgemeinschaften sind auszusetzen**
- **Zugänge zu Sportanlagen sind mit einer Abstandswahrung zu regeln; Zuschauer sind nicht zugelassen**

Für die Durchführung des Trainings werden folgende Regelungen vorgeschrieben, die durch den Verein bzw. den Trainer nachzuhalten sind:

1. Beim Eintreffen auf der Sportanlage und beim Verlassen der Sportanlage sind die Hände zu waschen.
2. Die Trainer/Vereine führen Listen, anhand derer die Einteilung der Trainingsgruppe dokumentiert und nachverfolgt werden kann. Im Infektionsfall kann so eine mögliche Infektionskette nachverfolgt werden.
3. Vor dem Training sollte, anhand von Check-Listen, eine Abfrage bei den Spielern/-innen gemacht werden, ob Fieber oder grippeähnliche Symptome vorliegen.
4. **Um sich im Verletzungs-/Fürsorgefall dem Spieler/-in nähern zu können, sollten die Trainer/Betreuer Gesichtsmaske und Handschuhe mitführen.**



5. Trainingsmaterial wie Hütchen, Stangen oder Tore können eingesetzt werden. Diese sind nach der Benutzung möglichst zu desinfizieren. Die Verwendung von Leibchen erschwert die Durchführung einer Desinfektion.
6. Beim Platzaufbau und bei der Verwendung von Toren (Klein-, Jugend- oder Großtore) ist auf die Organisation zu achten. Störungen oder das Durchkreuzen anderer Gruppen sind auszuschließen!

FOLGENDE TRAININGSFORMEN SOLLTEN GEWÄHLT WERDEN:

1. Der Trainer sollte maximal 10 Spieler, in zwei 5er Gruppen eingeteilt, in einer Platzhälfte gut anleiten und beobachten können (Kleingruppentraining).
2. Es können **Technik** (Passen, Dribbeln, Fintierbewegungen) und **Koordination** in Übungsformen trainiert werden.
3. Für Übungen mit Zuspielen - unter Wahrung des Mindestabstandes – eignen sich geometrische Formen (Dreiecke, Quadrate, Kreise). Jede Spielerin / jeder Spieler sollte hier verantwortlich für seinen Ball sein.

Diese Übungsformen können in Wettbewerben fortgeführt und variiert werden (Welche Gruppe schafft es am schnellsten?). Finalisiert werden die Übungen mit einem Torschusswettbewerb.

Nicht zugelassen sind:

Fangspiele, Einwürfe, Flugbälle oder Kopfbälle

Zweikämpfe (1:1)

Spielformen (3:3 o.ä.)

Abschlussspiele (8:8 o.ä.)



FOLGENDE BESONDERE EMPFEHLUNGEN GELTEN FÜR TRAININGSINHALTE VON JUGENDMANNSCHAFTEN (STAND 11.05.2020):

Die Wiederaufnahme des Trainings in den Vereinen sollte mit den Jahrgängen U12 und älter, in Kleingruppen-Formaten, beginnen.

Spielerinnen und Spieler der Jahrgänge U11 und jünger, sofern nicht ausreichend Erfahrungen im Umgang mit Abstandswahrung und Hygieneregeln über die Schule oder über die Kita gesammelt werden konnten, sollten zunächst gar nicht trainiert werden. Mit einem Sensibilisierungszeitraum von 14 Tagen ab 11.05.2020 sollte in Kleingruppen (max. 5 Spielerinnen und Spieler) trainiert werden können.

Für das Kleingruppentraining des Altersbereiches U9 und jünger (5 Spieler + 1 Trainer) sollte der Betreuungsschlüssel durch Einbeziehen von Eltern günstiger gestaltet werden, da die Kinder nicht sehr lange konzentriert üben können.

Die Trainingsgruppen können im weiteren Verlaufe von Trainingseinheiten auch gewechselt werden.

Für die mitgebrachten Trinkflaschen der 5er-Trainingsgruppe sollten Bereiche mit Hütchen abgesteckt werden (mit Abstand zueinander).

Hamburg, den 12.05.2020

Das Präsidium des Hamburger Fußball-Verbands