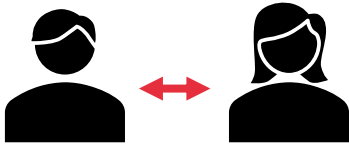


## HYGIENEREGELN HANDBALL



### Abstandsregelung beachten

Bei Kleingruppen- und Mannschaftstraining sollte zu jedem Zeitpunkt 2 Meter Mindestabstand eingehalten werden. Bei Lafeinheiten liegen keine einheitlichen Empfehlungen vor, dennoch sollten größere Abstände beim Hintereinander-Laufen eingehalten werden. Es werden mindestens 10 m empfohlen, um das Durchlaufen der Atemwolke zu verhindern. Beim nebeneinander Laufen werden 2 Meter Mindestabstand empfohlen.



### Kein Körperkontakt

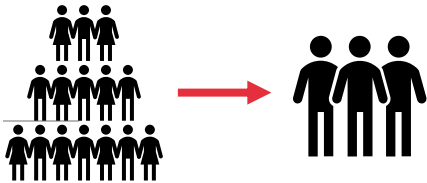
Jeglicher Körperkontakt ist zu vermeiden, um eine mögliche Verbreitung des Virus innerhalb der Kleingruppe zu stoppen. Dazu zählen u.a. Hilfestellungen mit Körperkontakt, Handschläge zur Begrüßung, Zweikämpfe, Umarmungen.



### Gründliches Händewaschen

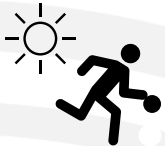
Vor, nach und gegebenenfalls auch während des Trainingsbetriebs sollten die Hände gründlich entlang der Hygieneregeln des RKI gewaschen werden, um eine Verbreitung des Virus bzw. eine Ansteckung zu vermeiden. In den Sanitäranlagen muss mindestens Flüssigseife bereitgestellt werden. Einen genauen Leitfaden mit Hinweisen zur Händehygiene sind der Internetseite des Robert-Koch-Instituts zu entnehmen:

<https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen.html#c6357>



### Kleingruppentraining und Dokumentation

Zunächst sollte der Trainingsbetrieb in Kleingruppen bis zu einer Gruppengröße von max. 5 Sportler\*innen durchgeführt werden. Die Kleingruppen sollten sich stets aus denselben Sportler\*innen und Trainer\*innen zusammensetzen und dokumentiert werden. Gegebenenfalls kann die Gruppengröße nach Anpassung der Regelungen durch Bund und Länder auf 10 Personen erhöht werden.



### Outdoor Training bevorzugen

Bis es zu einer Freigabe der Turn- und Sporthallen kommt, sollte das gemeinsame Kleingruppen-Training im Freien (z.B. Rasen-, Kunstrasen-, Sand-, Beton- oder Tartan-/ Kleinspielfeldplätze) durchgeführt werden.



### Reinigung von Materialien

Das RKI äußert sich diesbezüglich wie folgt: „In diesem Zusammenhang wird auch darauf 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 Sprühdesinfektion, d.h. die Benetzung 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.“ ([https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Reinigung\\_Desinfektion.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Reinigung_Desinfektion.html), Stand: 04.04.2020)



# BHV

Bayerischer  
Handball-Verband



### 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.



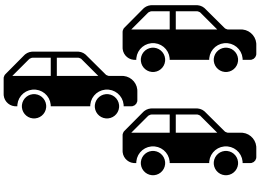
### Umziehen und Duschen

Die Sportler\*innen und Trainer\*innen duschen und ziehen sich ausschließlich zu Hause um und kommen dementsprechend schon in Sportkleidung zum Training.



### Steuerung des Zutritts in die Räumlichkeiten

Wenn möglich ist bei einem Indoor-Trainingsbetrieb zwischen Ein- und Ausgängen zu differenzieren, um Warteschlangen bzw. das Aufeinandertreffen verschiedener Kleingruppen zu vermeiden. Ebenso sollten keine Personen in Eingangs- und Durchgangsbereichen verweilen.



### Individuelle An- und Abreise

Die An- und Abreise zu Trainingseinheiten sollte stets individuell unter Berücksichtigung der Richtlinien (Mund-Nasenschutz-Maske in öffentlichen Verkehrsmitteln usw.) erfolgen. Fahrgemeinschaften mit Trainer\*innen oder Trainingspartner\*innen von und zum Training sind zu vermeiden und im Ausnahmefall nur unter Verwendung einer Mund-Nasen-Schutzmaske zulässig.



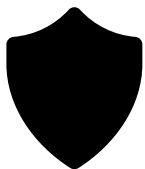
### Nutzung von (eigenen) Materialien

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



### Umkleidekabinen geschlossen halten

Umkleidekabinen bleiben stets verschlossen. Toiletten müssen dagegen u.a. auch zur Handyhygiene zugänglich gemacht und sauber gehalten werden. Toilettengänge sollten von den Sportler\*innen und Trainer\*innen allerdings, wenn möglich, vermieden werden.



### 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, sollten vorerst nicht eingesetzt werden. Sollten sich Personen trotz der Zugehörigkeit zu der Risikogruppe entscheiden am Handballbetrieb teilzunehmen, liegt dies und die Folgen dieser Entscheidung in der Verantwortung des Einzelnen.



# BHV

Bayerischer  
Handball-Verband



### **Versammlungen und Feste**

Auf (Mitglieder-)Versammlungen, Sitzungen in Vereinsheimen etc. sollte gänzlich verzichtet werden. Es wird empfohlen derartige Veranstaltungen online durchzuführen. Auch die Ansammlung von wartenden Personen sollte versucht werden zu vermeiden.



### **Festlegung eines Corona-Beauftragten**

Es wird empfohlen eine verantwortliche Person zur Qualitätssicherung und zur Einhaltung der Richtlinien zu benennen, die dafür Sorge trägt, dass alle nötigen Regelungen eingehalten werden (zum Beispiel Kennzeichnung der Ein- und Ausgänge, Bereitstellung von Desinfektionsmittel).



# **BHV**

Bayerischer  
Handball-Verband

