



# Regeln und Maßnahmen zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes Basketball

(ASC 09 Dortmund)

Stand: 12.05.2020

Liebe Coaches,

immer noch befinden wir uns in besonderen Zeiten und wir unterliegen ständig immer wieder neuen Veränderungen und Anpassungen aufgrund der Maßnahmen zur Eindämmung der Coronapandemie.

Mit den ersten Lockerungen im gesellschaftlichen Leben ist es nun auch möglich, die ersten Schritte zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes beim Basketball beim ASC 09 zu gehen.

Dazu erhaltet ihr mit diesem Schreiben die wichtigen Informationen zur Wiederaufnahme. Bitte lest euch die Maßnahmen, Vereinbarungen und Regeln genau durch und setzt diese bitte bei Wiederaufnahme des Trainings in euren Teams um.

Ihr als Coaches seid in dieser Situation besonders gefordert und verantwortlich dafür, dass die Regeln zum Schutz der Gesundheit aller eingehalten werden, damit der Wiedereinstieg in das Sport treiben gelingt, ohne unsere Gesundheit zu gefährden.

Die Maßnahmen und Regeln zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes bei den ASC 09-Basketballer\*innen basiert auf der Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen des Landes NRW in der ab 11. Mai gültigen Fassung ([https://www.land.nrw/sites/default/files/asset/document/2020-05-08\\_fassung\\_coronaschvo\\_ab\\_11.05.2020\\_lesefassung\\_final\\_0.pdf](https://www.land.nrw/sites/default/files/asset/document/2020-05-08_fassung_coronaschvo_ab_11.05.2020_lesefassung_final_0.pdf)) und wurde mit dem gesamten Abteilungsvorstand in der Videokonferenzsitzung am 12.05.2020 abgestimmt.

Mit unseren internen Maßnahmen gehen wir teilweise über die Vorgaben die das Land NRW an Beschränkungen und Schutzmaßnahmen vorgibt, hinaus, um die Gesundheit aller sicherzustellen. Ausdrücklich begrüßen wir, dass auch die Stadt Dortmund und der StadtSportBund Dortmund auf Sorgfalt statt auf Tempo setzen und die Sportanlagen erst wieder öffnen werden, wenn ein zwischen allen Beteiligten abgestimmtes Konzept zum Trainingsbetrieb vorliegt (<https://www.ssb-do.de/startseite/service/news?id=19862>).

**Folgende Regeln und Maßnahmen sind für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes der Basketballer\*innen des ASC 09 Dortmund zusammen mit den „Regeln für Besucher\*innen“ und den „Allgemeinen Hinweisen“ maßgebend und verpflichtend:**

## Hallentraining

Eine Wiederaufnahme des Hallentrainings beim ASC 09 (unter strengen Auflagen) wird erst nach der Freigabe der Sporthallen durch die Stadt Dortmund und den SSB Dortmund planbar. Eine Wiederaufnahme des Hallentrainings ist daher zurzeit NICHT möglich. Dieser Fahrplan ermöglicht den Beteiligten, ein schlüssiges Umsetzungskonzept zu erarbeiten und die Entwicklungen des Infektionsgeschehens aufgrund der gesellschaftlichen Lockerungen, die am 4. bzw. am 11. Mai in Kraft getreten sind, zu berücksichtigen.

## Outdoor-Training

Trainingsaktivitäten der ASC 09-Basketballabteilung unter freiem Himmel, also auf öffentlichen oder privaten Sportanlagen und im öffentlichen Raum, sind **ab Montag, 18. Mai 2020**, wieder möglich. Bei der Auswahl des Trainingsgeländes ist im Vorhinein zu berücksichtigen, dass ggf. andere Sportler\*innen das Gelände nutzen (z. B. Fußballer\*innen => Sportplatz) und daher das Training dort nichtmöglich sein könnte. Geeignet sind daher u. U. Waldgebiete, Freiplätze, Schulhöfe, ... .

Dabei gelten folgende Regeln:

- 01) Der Vorstand der Basketballabteilung wird über jede Trainingseinheit mit mindestens einem Tag Vorlauf informiert – und zwar über Mannschaft, Trainer\*innen, Ort und Zeit.  
Die Information geht per E-Mail Christian Bockelbrink (1. Vorsitzender).  
Ohne diese Information ist das Training nicht durchführbar!
- 02) Alle Vorgaben der Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen des Landes NRW in der ab 11. Mai 2020 gültigen Fassung (s.o.) werden befolgt – u.a.:
  - 2 Meter Mindestabstand → dieser Abstand ist in JEDER Trainingssituation einzuhalten! (Distanzregel)
  - Der Mindestabstand muss sich auf 5 Meter erhöhen, wenn mit den Trainingsgruppen ein Lauftraining durchgeführt wird.
  - kein Körperkontakt
  - grundsätzliche Hygieneregeln sind einzuhalten (s. Anlage Plakat Hygiene)
- 03) Verzicht auf jedwede Begrüßungs- und Verabschiedungsrituale: Händeschütteln, Umarmen, Abklatschen etc.
- 04) Die Sportler\*innen erscheinen zum Training in Trainingskleidung, so dass ein Umziehen überflüssig ist.
- 05) HotSpots wie der Phoenix-See, der Westfalen- und der Rombergpark sind zu meiden.
- 06) Die maximale Größe einer Trainingsgruppe beträgt inkl. Übungsleiter\*in 11 Personen. Für den Fall, dass mehr Personen zum Training kommen, ist eine zweite Gruppe zu eröffnen und eine Betreuungsperson zu benennen, die innerhalb dieser Gruppe die Einhaltung der Vorgaben gewährleistet.  
Zwischen beiden Gruppen ist – sowohl beim Lauftraining als auch bei Aufwärm-/Dehn-/Kraftübungen ein so deutlicher Abstand einzuhalten, dass sie jederzeit als zwei Gruppen zu erkennen sind.
- 07) Bitte verzichtet auf Fahrgemeinschaften und Eltern-Kinder-Sammeltaxis.

- 08) Dieser Mail hängt eine Blanko-Teilnehmerliste an. **Die Liste wird bei jeder Trainingseinheit ausgefüllt.** Die Abfrage, ob eine/r der Teilnehmenden in den zurückliegenden 14 Tagen Kontakt zu einer an COVID-19 erkrankten Person hatte oder selbst typische Symptome zeigt, ist **vor jedem Training obligatorisch.** Beantwortet ein/e Spieler\*in **eine der beiden Fragen mit „Ja“** beantwortet, wird die gesamte Gruppe sofort aufgelöst. Die Teilnehmenden fahren nach Hause; der/die Trainer\*in informiert unverzüglich den Vorstand.
- Bei unter 18jährigen Trainingsteilnehmer\*innen ist zum Training eine unterschriebene Bestätigung der Eltern erforderlich (s. Anlage). Die Bestätigung kann den Eltern von den Coaches zugeschickt werden und somit zu JEDER Einheit NEU mitgebracht werden. Der Coach verwahrt diese Bestätigungen!
- 09) Nach jeder Trainingseinheit sendet der/die Trainer\*in ein Foto der ausgefüllten Teilnehmerliste per E-Mail oder WhatsApp an Frank Fligge (1. Vorsitzender). Die Trainer\*innen bewahren ALLE Listen auf, um ggf. Infektionsketten nachvollziehen zu können.
- 10) Übungsleiter\*innen/Betreuer\*innen und Aktive, die älter als 60 Jahre sind oder unter einer chronischen Erkrankung/Vorerkrankung (Lungenerkrankung/Herz-Kreislauf-Erkrankung/Krebspatienten) leiden zählen zur **Risikogruppe** und sollen **von der Teilnahme** an den Übungseinheiten zum eigenen Schutz **absehen.**
- Weitere Infos: <https://www.infektionsschutz.de/fileadmin/infektionsschutz.de/Downloads/Merkblatt-chronisch-krank-Menschen-Coronavirus.pdf>
- 11) Es ist darauf zu achten, dass es nicht zu Personenansammlungen besonders beim Jugendtraining (z. B. U8 / U10 / U12) kommt. Daher empfehlen wir, dass die Kinder auf dem Parkplatz von den Eltern zur Sporthalle entlassen werden und nach dem Training die Kinder wieder dort empfangen werden. Ein Abholen in/an der Halle mit Wartezeiten ist zu vermeiden!
- 12) Die Teilnahme am Training beruht auf Freiwilligkeit. Aller Sportler\*innen bzw. die Erziehungsberechtigten entscheiden freiwillig und ohne äußeren Druck, ob sie bzw. die Kinder am Trainingsangebot teilnehmen. Die Coaches kommunizieren die Freiwilligkeit und geben die Entscheidung über die Trainingsteilnahme an Erziehungsberechtigte bzw. erwachsene Sportler\*innen weiter.

## Grundsätzliches

- 01) Alle vorgenannten Maßnahmen gelten bis auf Weiteres und können sich – je nach Verordnung des Landes NRW bzw. Vereinbarungen mit der Stadt, dem SSB und den Fachverbänden – jederzeit ändern.
- 02) Wenn andere Menschen euch trainieren sehen, wissen sich nicht, dass es sich um die Trainingsgruppe eines Sportvereins handelt, die nicht unter das Ansammlungsverbot fällt. Werdet ihr von Dritten angesprochen, bleibt bitte freundlich und erklärt, dass sich die Gruppe unter Einhaltung der Vorschriften legitimerweise trifft.
- 03) Euch als Trainer\*innen bitten wir, den Abteilungsvorstand bis Samstag, 16. Mai 2020 zu informieren, wann und in welchem Umfang ihr mit euren Teams wieder ins Training einsteigen möchtet.
- 04) Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes ist verpflichtend – außer für die Sportler\*innen und Coaches während des aktiven Trainings.

## Hinweise und Tipps

(s. auch Stufenplan DBB: [https://www.basketball-bund.de/wp-content/uploads/DBB\\_Wiedereinstieg-final.pdf](https://www.basketball-bund.de/wp-content/uploads/DBB_Wiedereinstieg-final.pdf))

Beispiele und Anregungen für erste Trainingseinheiten im Outdoorbereich sind ...

- Athletiktraining draußen
- Lafeinheiten draußen
- Wurftraining und Techniktraining draußen
- Balltraining draußen (*jede\*r einen eigenen Ball*)
- Dribbeltraining draußen (*jede\*r einen eigenen Ball*)
- Einzeltraining draußen (*jede\*r einen eigenen Ball*)

Beachtet dabei ...

- Möglichst im Einzeltraining
- Einhaltung der Distanzregelung von mindestens zwei Metern
- Bei Lafeinheiten muss aufgrund der Windschleppe die Einhaltung größere Distanzen beachtet werden
- Es werden keine Hilfestellungen mit Körperkontakt durchgeführt
- Duschen und Umziehen erfolgt ausschließlich zu Hause
- Einhaltung der Desinfektions- und Hygieneregeln, insbesondere Handhygiene sowie Desinfektion benutzter Sportgeräte, wie zum Beispiel Langhanteln, Bälle, Springseile etc.
- Es sollen keine Fahrgemeinschaften gebildet werden

Alle vorgenannten Maßnahmen gelten bis auf Weiteres und können sich – je nach Verordnung

Vielen, vielen Dank für eure Mitarbeit und Unterstützung!

Viel Spaß beim Basketball!

Christian Bockelbrink  
ASC 09 Dortmund e.V.  
Abteilungsleiter Basketball