



## **Hygieneempfehlungen des American Football und Cheerleading Verband Baden-Württemberg zur CoViD-19-Prävention – Stand: 07.03.21**

Wir alle freuen uns darauf, dass der Trainingsbetrieb wieder beginnen kann. Aber bei aller Freude steht der Schutz der Gesundheit unserer SportlerInnen, TrainerInnen und BetreuerInnen an erster Stelle. Deshalb bitten wir diesen Handlungsleitfaden zu beachten.

Die Hauptsymptome von CoViD-19 sind: Fieber und trockener Husten. Daneben können noch folgende Symptome auf eine Erkrankung hinweisen: Halsschmerzen, Geruchs- und Geschmacksstörungen, Abgeschlagenheit und Müdigkeit.

Sollten diese Anzeichen während des Trainings erkannt werden, ist die betreffende Person direkt nach Hause zu schicken.

### **Grundsätzlich gelten die Basishygienemaßnahmen:**

- 2 Meter Abstand halten, zu niesenden oder hustenden Personen
- Händehygiene einhalten
  - regelmäßiges Händewaschen
  - kurze, natürliche Fingernägel
  - auf Handschmuck verzichten
- Husten- und Niesetikette beachten (in die Ellenbeuge husten/niesen)
- Wer sich krank fühlt, hat nichts im Training zu suchen, auch nicht als Zuschauer oder bei Theorietraining
- Wer krankgeschrieben ist, bleibt zu Hause
- Kein Händeschütteln, Umarmen oder Abklatschen
- Verwenden von Einmaltaschentüchern und direkte Entsorgung (Müllsack am Trainingsplatz)

### **Weitere Maßnahmen im Training:**

- Händewaschen vor und nach dem Training
- Tragen von Alltagsmasken außerhalb der Trainingseinheiten; Trainer tragen grundsätzlich Alltagsmasken; es sei denn sie sind sportlich tätig, d.h. beim Vor- oder Mitmachen von Übungen
- Desinfektion des Equipments während und nach dem Training (Helme, Pads, Bälle, Pom-Poms)
- Bei Übungen mit Kontakt zu Equipment (Bälle, Dummies) besteht Handschuhpflicht (Footballhandschuhe)
- Umziehen vor und nach dem Training zu Hause
- Wechsel und Waschen der Trainingsbekleidung nach jedem Training
- Eigene (mit Namen beschriftete) Trinkflaschen verwenden
- Nicht gemeinsam aus einer Flasche trinken



- Eigene Handtücher benutzen
- Zu Hause duschen
- gemeinsame Teamaktivitäten so weit wie möglich einschränken
- Online-Theorieeinheiten bevorzugen
- Möglichst auf Trainingslager verzichten

#### Was ist wo erlaubt\*1?

- **frühestens 8. März:**

##### Inzidenz über 100:

- kein (physisches) Training erlaubt

##### Inzidenz zwischen 50 und 100:

- Training nur 2 Haushalte (max. 5 Personen) möglich
- Gruppentraining mit bis zu 20 Kindern (kleiner 14 Jahren) möglich ohne Kontakt

##### Inzidenz unter 50:

- Training nur in Kleingruppen ohne Kontakt

- **14 Tage ununterbrochen unter 50 (frühestens 22.03.) oder**

- **14 Tage ununterbrochen unter 100 (frühestens 22.03.):**

- Vollkontakt-Training und kontaktloses Training in der Halle (bei Inzidenz > 50 nur mit tagesaktuellem Schnelltest)

- **weitere 14 Tage ununterbrochen unter 50 (frühestens 05.04.) oder**

- **weitere 14 Tage ununterbrochen unter 100 (frühestens 05.04.):**

- Vollkontakt-Training und kontaktloses Training in der Halle
- Vollkontakt-Training in der Halle (bei Inzidenz > 50 nur mit tagesaktuellem Schnelltest)

#### Was sind Kleingruppen?\*

- Pro Trainingsstätte dürfen maximal zehn Personen (inkl. Trainer) gleichzeitig eine Trainingseinheit durchführen. Für jede Trainingseinheit muss eine verantwortliche Person (verantwortlich benannter Trainer oder Captain/Spieler) namentlich benannt sein.
- Es können z.B. auf einem Fußballfeld unterschiedliche Trainingsstätten eingerichtet werden. Dabei ist auf Abstand der Trainingsstätten und Ausbleiben von Kontakten zwischen den einzelnen Trainingsgruppen zu achten (auch in den Pausen)
- Planung von unterschiedlichen Trinkpausenzeiten.
- Für jede Trainingsstätte werden die teilnehmenden Personen (Trainer, Betreuer, Sportler, Eltern von Minderjährigen) und Trainingseinheiten dokumentiert. Trainingseinheiten werden unter Ausschluss der Öffentlichkeit durchgeführt. Dies ist zur Verfolgung von Infektionsketten erforderlich.

# **american football und cheerleading verband baden-württemberg e. v.**



**afcv - bawü**

**american football - flagfootball - cheerleading - schiedsrichter**

- Eltern von Minderjährigen dürfen die eigentliche Trainingsstätte nicht betreten und müssen sich beim Zuschauen an die Abstandsregeln halten

gez.

Steve Alexander, Facharzt  
Vizepräsident Sport BaWü

\*<sup>1</sup> die endgültige Freigabe erteilt das örtliche Gesundheits-/Ordnungsamt