

Vorgehensweise zur Ausübung des Volleyballsportes

Liebe Volleyballerinnen und Volleyballer,

Bitte lest Euch diese Vorgehensweise zur Ausübung des Volleyballsports der Abteilung Volleyball des TVOS durch und unterzeichnet dieses Dokument vor dem nächsten Trainingsbesuch.

1. Aufklärung

Volleyball ist ein kontaktlose Sportart, Körperkontakt ist im Volleyball nicht notwendig und muss vermieden werden (im Training und Spiel sind sämtliche kontaktförderlichen Situationen zu vermeiden- bspw. keine Abwehrübungen mit zwei Personen auf dem Feld durchführen).

Die Anreise erfolgt, entgegen der sozioökonomischen und ökologischen Gesichtspunkte, nicht in Fahrgemeinschaften.

Der Abstand zum Netz muss immer gewahrt werden. Empfohlen werden Spiel- und Trainingsformen ohne Block und ohne Angriff am Netz. Dies ermöglicht die bestmögliche Einhaltung der Abstandsregeln (ca. 1-2 Meter Netzabstand).

2. Risiken in allen Bereichen minimieren

a. Alle Sportler dürfen **bei jeglichen** Krankheitssymptomen nicht am Training teilnehmen, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt anrufen und dessen Anweisung befolgen.

Die typischen Krankheitssymptome sind Fieber, trockener Husten, Geruchs- sowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, Durchfall, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit.



3. Distanzregeln einhalten

Das Risiko der Ansteckung kann sekundär durch die Nähe zum Trainingspartnern erhöht werden. Es ist daher zu achten, den Mindestabstand von 1,5 m einzuhalten.

4. Körperkontakt auf das Minimum reduzieren

Gewohnte Rituale wie Begrüßungen, Abklatschen oder Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.

Es wird empfohlen das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes außerhalb des Spielfeldes zu tragen.

5. Persönliche Hygieneregeln einhalten

a. Waschen Sie ihre Hände vor dem Training mindestens dreißig Sekunden lang mit Seife und Wasser.

b. Die Bälle sind regelmäßig zu tauschen und nach dem Training zu desinfizieren oder zu reinigen.

6. Umkleiden und Duschen zu Hause

Sportler kleiden oder duschen sich derzeit nicht in Gemeinschaftsräumen.

Vorgehensweise zur Ausübung des Volleyballsportes

7. Teilnehmerzahl

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.
Maximal 12 Personen insgesamt

8. Teilnehmerlisten

Der Übungsgruppenleiter führt Teilnehmerlisten um das Training und die Trainingsgruppe zu dokumentieren und Kontakt nachvollziehen zu können.

Die Listen sind bei Florian Gruca und werden nach entsprechender Aufbewahrungszeit vernichtet.