



## Aktuelle Infos

### **zum ASC Tennis-Training für Kinder, Jugendliche und Erwachsene ab dem 25.05.2020**

Leider begleitet uns das leidige Thema Corona ja noch eine ganze Weile, daher gibt es ein paar Regeln die helfen sollen, eine weitere Verbreitung zu verhindern. Ihr habt zum Teil schon gesehen, dass wir auch auf dem Platz schon einiges zu diesem Thema unternommen haben. Um den Schutzvorschriften sowie den empfohlen Hygiene-Standards nachzukommen, sind die folgenden Regeln zwingend einzuhalten. Wer sich nicht an die festgelegten Regeln hält, kann vom Training ausgeschlossen werden.

#### **Im Vorfeld**

- **Voraussetzung für die Teilnahme am Training ist die Abgabe einer schriftlichen „Anmeldung zum Tennistraining in Corona-Zeiten“ (siehe Anlage) .**
- Auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training wird verzichtet.
- Die Trainingsteilnehmer kommen bereits in Sportkleidung zum Training.

#### **Holen und Bringen**

- Die Eltern dürfen z. Zt. nicht auf das Trainingsgelände.
- Kinder unter 14 Jahre können in Begleitung eines Erwachsenen zum Platz gebracht werden.
- Zuschauer und Besucher sind nicht erlaubt.

#### **Gruppengröße**

- Die Gruppengröße beträgt maximal 4 Teilnehmer plus Trainer. Die Gruppe sollte grundsätzlich stets in der gleichen Zusammensetzung trainieren. Dadurch ist im Falle einer Ansteckungsgefahr nur eine kleine Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.

#### **Training:**

- Die Trainingsanlage darf von den Trainingsteilnehmern am Trainingstag nur nacheinander und unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Metern betreten werden. Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes wird empfohlen.
- Bitte nicht vergessen: Vor und nach dem Training die Hände zu waschen oder zu desinfizieren.
- Der Mund-Nasen-Schutz ist auch bei Benutzung der Sanitäranlagen anzulegen.
- Der Mund-Nasen-Schutz kann während der Sporteinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmer sein.



- Für das Gruppentraining steht jeweils nur 1 Platz zur Verfügung.
- Für jede Trainingsstunde ist eine Teilnehmerliste zu erstellen.
- Zur Verletzungsprophylaxe wird die Intensität der Sparteinheit an die Gegebenheiten (längere Trainingspause der Teilnehmenden) angepasst.
- Jeder Teilnehmende bringt seinen eigenen Mundschutz, sein eigenes Handtuch und sein eigenes Getränk zum Training mit. Die Gegenstände sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets im ausreichenden Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmer abgelegt.

## **Trainingszeiten und Platzwechsel**

Wir bitten um Verständnis, dass wir die Trainingseinheit immer um 10 Minuten verkürzen, damit der Wechsel der Gruppen unter Einhaltung der Abstandsregeln und Hygienemaßnahmen umgesetzt werden kann.

## **Aufwärmen und Einspielen**

- Der Trainer weist den Trainingsteilnehmer Zonen auf dem Platz zu (siehe Platzbild).
- Einspielen begrenzen auf 2 Personen oder Trennung durch Stangen/Hütchen
- Nur der Trainer spielt Bälle an. (Dies gilt für alle.) Hintergrund: Die Bälle sollen nicht „durch alle Hände gehen“.

Die Bälle werden entweder mit Tennisball-Tubes (Ballsammelröhre) (mit Namen der Spieler beschriftet) eingesammelt werden, die dann am Ende des Trainings zu desinfizieren sind oder die Teilnehmer rollen die Bälle in eine Ecke und dort sammelt nur der Trainer die Bälle ein.

Hintergrund: Es soll möglichst wenig körperliche Kontakte mit den Bällen zustande kommen.

Liebe Eltern, liebe Kinder und Jugendliche, liebe Erwachsene,

Ihr seht, hier ist nun jede Menge zu beachten. Bitte haltet Euch an diese Regeln und unterstützt Euch untereinander, denn nur dann können wir den neuen Hygiene-Standards auf unserem Platz entsprechen. Wenn jemand am Anfang noch nicht so sicher mit allem ist, helft Euch untereinander (aber natürlich mit dem nötigen 1,5 m Abstand. 😊) oder sprecht mich an, ich helfe auch gerne weiter.

Ich freue mich auf Euch!

Euer Jugendsportwart und Trainer

Olli

Anlage: **Vordruck „Anmeldung zum Tennistraining in Corona-Zeiten**