



## Corona-Trainingskonzept SSV Hattert

### Sportler-Checkliste

---

\_\_\_\_\_  
Vorname

\_\_\_\_\_  
Nachname

\_\_\_\_\_  
Geburtsdatum

\_\_\_\_\_  
Abteilung (z.B. Fußball, Gymnastik,...)

\_\_\_\_\_  
Mannschaft/Gruppe (z.B. E-Jugend)

Zur Bestätigung bitte ankreuzen:

#### Zuhause, vor dem ERSTEN Training:

- Meine Erklärung zur Trainingsteilnahme ausdrucken, unterschreiben, abfotografieren und an meinen Übungsleiter senden (per E-Mail oder WhatsApp)! Spieler-Checkliste (dieses Dokument!) vollständig ausgefüllt und unterschrieben beifügen.

#### Zuhause, vor **jedem** Training:

- Fühle ich mich heute gesundheitlich zum Training in der Lage? Habe ich Krankheitssymptome?
- Ich habe alles für das Training eingepackt, so dass ich den Trainingsort später nicht mehr verlassen muss, insbesondere:
  - Handdesinfektionsmittel (Torhüter auch Flächendesinfektionsmittel)
  - Gefüllte Wasserflasche(n) – Nachfüllen vor Ort ist **nicht** möglich
  - Sportschuhe
  - Sportgeräte

#### Auf dem Weg zur Sportstätte:

- Keine Fahrgemeinschaften bilden und ALLEINE zu Fuß, mit dem Fahrrad oder dem Auto zum Training kommen (bzw. von Erziehungsberechtigten bis zum Parkplatz gebracht werden).
- Frühestens 5-10 min vor dem Training zum Platz kommen.
- Auf dem Weg zur Sportstätte ABSTAND zu anderen Sportlern halten.

#### Auf der Sportstätte angekommen:

- Direkter Weg zu meinem Trainingsteam und meiner Platzhälfte.
- Tasche unter Berücksichtigung der Mindestabstände zu anderen Personen abstellen.



## Corona-Trainingskonzept SSV Hattert

### Sportler-Checkliste

---

#### Das Training beginnt:

- Wir desinfizieren gemeinsam mit der Übungsleiterin die Hände
- Meine Übungsleiterin fragt, ob ich mich gesund fühle und mein Gesundheitszustand ein Training erlaubt: Daumen hoch = ich kann heute uneingeschränkt trainieren. Habe ich Einschränkungen, gebe ich spätestens jetzt dem Übungsleiter Bescheid!
- Ich bleibe während des ganzen Trainings in meiner Trainingsgruppe.
- Fühle ich mich während des Trainings unwohl, informiere ich direkt meine Übungsleiterin.
- Bei Trinkpausen gehe ich direkt zu meiner Trinkflasche, trinke etwas und desinfiziere mir ggf. noch einmal die Hände.

#### Das Training ist zu Ende

- Ich gehe zurück zu meiner Tasche.
- Ich verstau mein Trainingsmaterial in der Tasche.
- Ich verlasse auf direktem Weg das Sportgelände auf den vorgegebenen Wegen.

#### Zuhause nach dem Training

- Meine Trainingskleidung versorge ich wie nach jedem normalen Training (nasse Schuhe trocknen, Kleidung waschen, etc.)
- Mein Trainingsmaterial desinfiziere ich oder bürste es mit Wasser und Seife ab.

---

Ort, Datum

Unterschrift Trainingsteilnehmer

Unterschrift Erziehungsberechtigter

Nur wenn alle Punkte der Spieler-Checkliste angekreuzt bzw. bejaht wurden, ist eine Trainingsteilnahme möglich.