



## AMERICAN FOOTBALL BUND ÖSTERREICH

Kölgengasse 43; A-1110 Wien

TELEFON +43 1 7678770

FAX +43 1 7678770 - 20

E-MAIL: office@football.at

---

Wien, 14.04.2020

### **Trainingsempfehlungen der Österreichischen Mannschaftssport Fachverbände ab 15.5. in Bezug auf die aktuelle Verordnung vom 13.5.**

Es gilt immer die aktuelle Verordnung!

Nachfolgend sind daraus abgeleiteten Empfehlungen des AFBÖ in Kooperation mit den österreichischen Mannschaftssport Fachverbänden zur Durchführung beziehungsweise Wiederaufnahme des eingeschränkten Trainingsbetriebes.

Der/Die TrainerIn hat die Einhaltung der Vorgaben im Rahmen des Trainings zu überwachen und Sportler, die sich nicht konform verhalten, vom Trainingsbetrieb auszuschließen.

#### **Trainingsorganisation**

- Als wichtigste Grundregel gilt 2 Meter Abstand.
- Trainiert wird in der Kleingruppe bis max. 10 Personen (inklusive der anwesenden Trainer / Betreuer, d.h. in der Regel 9 Sportler + 1 Trainer). Auf großen Sportplätzen können unter Berücksichtigung der empfohlenen Abstände mehrere Kleingruppen trainieren.
- Die Zusammensetzung der Kleingruppe sollte bei jedem Training gleichbleiben (dieselben Sportler trainieren miteinander).
- Unterschiedliche Trainingsgruppen sollten einander nach Möglichkeit nicht begegnen. (zeitlich versetztes Training mit Pause zwischen den Einheiten oder örtlich getrennte Gruppen, die einander nicht begegnen).
- Der Verein erstellt einen entsprechenden Plan der Trainingszeiten und -Orte der jeweiligen Gruppen.
- Die Sportler / Trainingsgruppen sind immer von einem Trainer zu begleiten – insbesondere bei Kindern und unmündigen Minderjährigen (unter 14 Jahre) – Aufsichtspflicht!
- Die Sportler sind vor jedem Training über die einzuhaltenden Regeln / Vorschriften zu informieren.

#### **An und Abreise**

- Bei der An- und Abreise sind die allgemein gültigen Regelungen zu beachten!
- Auf Fahrgemeinschaften ist prinzipiell zu verzichten außer Personen, die in einem Haushalt leben. Bei Personen, die nicht im selben Haushalt leben gilt 1 Meter Abstand und das Tragen einer Maske. Öffentliche Verkehrsmittel sind zu bevorzugen.
- Eltern / Begleitpersonen bringen die Kinder / Jugendlichen zum Trainingsort und holen sie nach Trainingsende wieder ab – keine Anwesenheit während des Trainings auf der Sportstätte erlaubt!
- Bei Kantinen gelten die aktuellen Regeln der Gastronomie.
- Um Ansammlungen vor der Sportanlage zu vermeiden ist pünktliches An- und Abreisen notwendig.
- Die Desinfektion der Hände nach der Anreise sowie vor der Heimreise und bei Ankunft zuhause ist ratsam.



## AMERICAN FOOTBALL BUND ÖSTERREICH

Kölgengasse 43; A-1110 Wien

TELEFON +43 1 7678770

FAX +43 1 7678770 - 20

E-MAIL: office@football.at

---

### Vor dem Training

- Alle Sportler kommen bereits umgezogen in Trainingskleidung zum Trainingsort.
- Es erfolgt KEINE Begrüßung per Handschlag – auch dabei ist der Mindestabstand zu wahren.
- Die Sportler bringen eine eigene, bereits befüllte Trinkflasche und ev. ein eigenes Handtuch mit zum Training
- Der Trainer kontrolliert und protokolliert die Anwesenheit der Spieler und somit die Zusammensetzung der Kleingruppe, um im Erkrankungsfall eine "Nachverfolgung" von betroffenen Personen zu ermöglichen.

### Trainingsdurchführung

- Organisierte Vereinstrainings im öffentlichen und nicht öffentlichen Raum müssen immer so organisiert werden, dass der Mindestabstand von 2 Metern gewährleistet werden kann.
- Auch der/die TrainerIn hält beim Anleiten / Korrigieren von Übungen den Mindestabstand von 2 Metern zum Sportler ein.
- Jeder Sportler benutzt seine eigene Trinkflasche

### Was ist erlaubt:

#### Umgang mit dem Sportgerät (Ball und Schläger)

- Passen / Werfen / Schlagen erlaubt
- Fangen / Annehmen erlaubt
- Würfe / Schüsse auf das Tor sowie sportartspezifische Abwehraktionen (z.B. des Torhüters) erlaubt
- Die Bälle / Schläger etc. sind immer nur von der gleichen Trainingsgruppe zu benutzen, d.h. entweder bringt jeder Sportler den eigenen Ball / Schläger mit oder es werden die Bälle immer nur für eine Kleingruppe genutzt (Ballsäcke bzw. Bälle entsprechend beschriftet).
- Bei Treffern ins Gesicht ist der Ball unverzüglich aus dem Trainingsbetrieb zu nehmen.
- 

### Was ist im Training NICHT erlaubt?

- **Hallentraining** (Sporthallen bleiben vorerst geschlossen)
- **Körperkontakt**
- **Partnerübungen** ohne ausreichenden Mindestabstand
- **Anwesenheit von anderen Personen als SportlerInnen, TrainerInnen und ev. (sport-)medizinische BetreuerInnen.**
- Sportler, die sich **nicht völlig gesund** fühlen (z.B. Symptome einer Erkältung oder erhöhte Temperatur aufweisen) haben **dem Training fern zu bleiben** (Eigenverantwortung bzw. Verantwortung der Eltern)!
- Sportler, in deren **Umfeld ein positiver Covid-19 Fall** auftritt, haben dies **unverzüglich dem Trainer und dem Verein zu melden** und die weitere Vorgangsweise abzusprechen.



## AMERICAN FOOTBALL BUND ÖSTERREICH

Kölgengasse 43; A-1110 Wien

TELEFON +43 1 7678770

FAX +43 1 7678770 - 20

E-MAIL: office@football.at

---

### Nach dem Training

- Nach dem Training sind die Hände zu desinfizieren.
- Es erfolgt KEINE Verabschiedung per Handschlag – auch dabei ist der Mindestabstand zu wahren.
- Der Trainingsplatz muss zügig verlassen werden.
- Der Sportler nimmt seine Trainingsutensilien (Bekleidung, Flasche, Schuhe, Handtuch etc.) selbst mit und ist für die Reinigung verantwortlich.
- Umziehen / Duschen erfolgt zuhause (keine Nutzung von Waschräumen)
- Für die WC Benutzung gilt ebenso die Regelung 20 m<sup>2</sup> oder das Tragen einer Maske und 1 Meter Abstand.
- Der/Die TrainerIn versorgt allfällige Trainingsmaterialien und sorgt für deren Desinfektion.