

Schutzkonzept zur Wiederaufnahme für Volleyball und Beach-Volleyball





Grundlegende Überlegungen

Ausgangslage

Grundlage für diese Entscheidung sind u. a. die beschlossenen Lockerungen in Schweiz und Liechtenstein. Ab 15. Mai können Sportarten, bei denen die vorgegebenen Hygienevorschriften (maximal 5 Personen, kein Körperkontakt) umgesetzt werden, entsprechend den jeweiligen Schutzkonzepten wieder ausgeübt werden. Der Volleyballverband ist gehalten beim LOC sein Schutzkonzepte für ihre Breitensportaktivitäten zur Prüfung einzureichen.

Noch weiter gehen die Lockerung im Leistungssport. So kündigte die Regierung an, dass bspw. auch Trainingsgruppen mit mehr als 5 Personen erlaubt werden können.

Die Leistungssportgruppen des LVBV sind:

=> A Nationalteams

jeweils für den Indoor- und Beachvolleyball. Alle anderen Gruppen und Vereinsmannschaften fallen unter den Breitensport.

Zielsetzung von «KONZEPT ZUR WIEDERAUFNAHME» im VOLLEYBALL

Ziel ist es, die schrittweise Wiederaufnahme der Trainings- und Bewegungsaktivitäten im Volleyball unter Einhaltung der gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben der Regierung zu ermöglichen. Die Verantwortung zur Umsetzung der jeweiligen Schutzkonzepte liegt bei den einzelnen Verbänden und den Coaches, sowie den Sportlerinnen und Sportlern.

Die vorliegenden Rahmenvorgaben werden kontinuierlich der aktuellen COVID-19 Verordnung und den entsprechenden Massnahmen Regierung angepasst und revidiert. Dabei ist zentral, dass die Schutzkonzepte des Sports immer den Vorgaben und den Änderungen der Regierung angepasst werden.

Zusammenfassung übergeordneter Grundsätze

1. Einhaltung der offiziellen Hygieneregeln der Regierung.
2. Social-Distancing (2m Mindestabstand zwischen allen Personen; 10 m² pro Person kein Körperkontakt)
3. Maximale Gruppengrösse von fünf Personen für Breitensport- und sieben Personen für Leistungssportgruppen. Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten. **Breitensport: 4 plus Trainer**
4. Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben der Regierung beachten.
5. Bei Minderjährigen muss die schriftliche Einverständniserklärung der Eltern vorliegen und ergänzende Informationen über Personen (Risikogruppen) im familiären Umfeld (siehe Anlage.)

Schutzkonzept zur Wiederaufnahme für Volleyball und Beachvolleyball



Ziele LVBV

- Unsere Regeln, Prozesse und Anweisungen entsprechen den behördlichen Anforderungen (es können Kontrollen stattfinden).
- Die Botschaft an die Öffentlichkeit ist klar: «Wir sind und bleiben solidarisch, wir halten uns strikt an die Vorgaben». Wir verhalten uns vorbildlich, denn dies dient dem Volleyballsport und der Gesundheit aller, die unsere Sportart mit viel Freude ausüben.
- Für die Clubs und Betreiber der Sportanlagen: Klare, einfache Regeln, klare Prozesse, pragmatische und einfach umsetzbare Lösungen. Clubs sollten ihre Vorstellungen mit dem Betreiber klar abstimmen.
- Für die Volleyball- und Beachvolleyballspieler*innen: Klare, einfache Regeln und Prozesse. Diese geben Sicherheit. Jede Spielerin und jeder Spieler weiss, wie sie oder er sich verhalten muss.
- Volleyballtrainer*innen können wieder ihrem Beruf nachgehen. Ehrenamtliche Coaches können wiederum ihr Wissen und ihre Begeisterung vermitteln.

Verantwortlichkeit

Das vorliegende Schutzkonzept betrifft sowohl den Breitensport wie auch den Leistungssport.

Der LVBV ist im engen Kontakt mit den Athlet*innen der Nationalkader, den verantwortlichen Nationaltrainer*innen und den Betreibern der Sportanlagen. Die Kontrolle über die Einhaltung der behördlichen Anforderungen kann bei diesem kleinen Kreis involvierter Personen problemlos sichergestellt werden.

Der LVBV erwartet die Umsetzung dieser Massnahmen gemäss den Vorgaben der Regierung. Die Verantwortung für die entsprechend konsequente Umsetzung liegt bei den Verbands- und Clubvorständen sowie den Betreibern der Sportanlagen. Eine Haftung bei einer allfälligen Ansteckung wird vom Verband nicht übernommen werden.

Der Verband und jeder Club benennt eine*n Covid-19-Beauftragte*n zur Sicherstellung aller Vorgaben. Innerhalb der Trainingsgruppen sorgt der Trainer*in für die Einhaltung der Vorgaben und Regeln. Der/Die Covid-19-Beauftragte der Clubs muss namentlich dem LVBV gemeldet werden.

Der LVBV zählt auf die Solidarität und Selbstverantwortung aller.

Schutzkonzept zur Wiederaufnahme für Volleyball und Beachvolleyball



1. Risikobeurteilung

Sportler*innen und Coaches mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Sie rufen ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen. Die Trainingsgruppe ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren. Zu diesem Zweck wird der ohnehin enge Kontakt zwischen den Trainern und den Erziehungsberechtigten intensiviert.

2. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

Die Teilnehmenden dürfen maximal 5 Minuten vor ihrer Spiel- bzw. Trainingszeit auf die Anlage kommen (empfohlen zu Fuss, per Fahrrad oder Auto, bei der Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel empfiehlt der LVBB das Tragen von Masken).

3. Infrastruktur / Trainingsortverhältnisse

Generelles

- Sämtliche Vorgaben der Regierung müssen eingehalten werden. (Distanz, Hygienemassnahmen, Gruppengrösse).
- Es kommen nur absolut symptomfreie Spieler*innen zum Training. Wer Symptome wie Husten, Fieber, Muskelschmerzen, Störung des Geruchs- oder Geschmackssinnes aber auch Durchfall und Übelkeit hat, sollte seinen Hausarzt telefonisch kontaktieren und dessen Anweisungen folgen.
- Die Trainingszeiten müssen reserviert, bestätigt und mitgeteilt sein.
- Die Spieler*innen tauschen keine Gegenstände bzw. Kleiderstücke aus.
- Körperkontakte, wie zum Beispiel Zweikämpfe, sind im Volleyball und Beachvolleyball nicht die Regel; auf die traditionellen Hand-Shakes, High-Fives und Teamgruppierungen auf und neben dem Feld ist konsequent zu verzichten.
- Auf der Anlage steht Desinfektionsmittel für die Spieler*innen vor, während und nach dem Training zur Verfügung. Das Desinfektionsmittel wird von der jeweiligen verantwortlichen Organisation bereitgestellt.
- Vor und nach dem Training müssen die Hände zwingend gewaschen werden.
- Vor und nach dem Training müssen die Bälle zwingend desinfiziert werden.
- Einweghandschuhe werden von der jeweiligen verantwortlichen Organisation zur Verfügung gestellt und zum Aufstellen des Materials verwendet. Die Handschuhe werden jeweils von der Person, die sie benutzt hat, zu Hause entsorgt.
- Wir empfehlen, nach dem Training die Indoor-Anlage durch den Betreiber zu lüften.
- Der Abfall (z.B. Bananenschale, Verpackungspapier, Pet -Flaschen, etc.) wird zu Hause entsorgt.
- Die Spieler*innen müssen die Anlage spätestens 10 Minuten nach Beendigung des Spiels/Trainings verlassen haben.

Platzverhältnisse Beachvolleyball

- Aufwärmübungen finden immer unter Einhaltung der 2m Regelung statt.
- Auf jeden Beachvolleyballfeld dürfen sich max. 4 Spieler*innen und ein Trainer (Beispiel: Rheinpark Vaduz - 2 getrennte Felder max. 5/5 und Weiherring Mauren - 3 getrennte Felder max. 5/5/5)
- Auf einem Beachvolleyballfeld dürfen pro Feldhälfte max. 2 Athlet*innen trainieren. Eine Beachvolleyballfeldhälfte hat 64m² und somit stehen 32m² pro Person zur Verfügung.
- Trainer*in muss immer mindestens 2m Abstand von den Spieler*innen halten, idealerweise steht er in der Freizone.

Schutzkonzept zur Wiederaufnahme für Volleyball und Beachvolleyball I



- Alle Übungsformen müssen den 2m Abstand zwischen den Spieler*innen garantieren. Die Spiel- resp. Trainingsform muss dementsprechend geplant und ausgeführt werden.
- Diese Regelungen gelten auch für den Leistungssportbereich.

Platzverhältnisse Volleyball

- Aufwärmübungen finden immer unter Einhaltung der 2m Regelung und wenn möglich im Freien statt.
- In einer Einzelhalle dürfen max. 5 Personen inklusive Trainer*in trainieren (ein Volleyballfeld hat 162m² und somit stehen gut 32m² pro Person zur Verfügung).
- In Mehrfachturnhallen müssen die Trennwände die einzelnen Spielfelder abgrenzen.
- Alle Übungsformen müssen den 2m Abstand zwischen den Spieler*innen garantieren. Die Spiel- resp. Trainingsform muss dementsprechend geplant und ausgeführt werden.
- Trainer*in muss immer mindestens 2m Abstand von den Spieler*innen halten, um die Social Distancing-Vorgaben einzuhalten. Diese Abstandsregel gilt auch für Besprechungen.
- Die 2er-Gruppen im Training werden nicht geändert, sondern bleiben bestehen. Der Ball darf zwischen den Gruppen hin- und her gespielt werden.

Platzverhältnisse Kraftraum

- Im Kraftraum gilt jeweils das Platzverhältnis von mind. 10m² pro Person.
- Social-Distancing wird immer eingehalten (2m bzw. bei schwerem Atmen 5m Abstand zwischen den Personen). Übungen, bei denen explizit die Hilfestellung einer zweiten Person gefragt ist (z.B. Squats oder Bankdrücken), sind nicht erlaubt.
- Die Gegenstände werden nach jeder Benutzung konsequent desinfiziert.
- Das Betreten des Kraftraums passiert frühestens 5 Minuten vor dem effektiven Trainingsbeginn; die Athlet*innen verlassen die Trainingseinrichtung spätestens 10 Minuten nach dem Trainingsende.
- Eine permanente Präsenzkontrolle zwecks Rückverfolgbarkeit ist in jedem Falle notwendig.

Umkleide / Dusche / Toiletten

- Die Garderoben und Duschen sowie Theorie- und/oder weitere Aufenthaltsräume bleiben bis auf weiteres geschlossen.
- Geöffnet sind die Indoor oder Outdoor Volleyball- bzw. Beachvolleyball-Felder, der Kraftraum und die Toiletten.
- Die Spieler*innen müssen umgekleidet ins Training kommen.

Reinigung

- Die Teilnehmenden verpflichten sich, das Reinigungskonzept der Anlagebetreiber strikt einzuhalten. Dies beinhaltet unter anderem die Benutzung der jeweiligen im Voraus definierten Infrastruktur.
- Auf der Anlage steht Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- Der Anlagebetreiber bestimmt die Pflegeintervalle der Indoor-Felder durch den Hallenwart.



Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur

- Die Spieler*innen dürfen maximal 5 Minuten vor dem Spiel/Training auf die Anlage kommen.
- Tröpfchensystem: Bei einer bestimmten Anzahl Personen auf der Anlage wird der Zugang gesperrt. Die 2-Meter-Regelung muss auch beim Eingangsbereich eingehalten werden.
- Spontane Ansammlungen von Personen müssen vermieden werden.
- Die Trainerin oder der Trainer bestimmt die Zuteilung der Spieler*innen auf den Feldern unter Berücksichtigung der einzuhaltenden Gruppengröße (Beachvolleyball: max. 2 Spieler*innen pro Feldhälfte; Volleyball: max. 2 Spieler*innen pro Feldhälfte im Breitensport und max. 3 Spieler*innen pro Feldhälfte im Leistungssport zuzüglich der Trainer*innen).
- Die Felder werden von hinten nach vorne zugeteilt und aufgefüllt. Die Spieler*innen auf dem vordersten Feld verlassen die Anlage als erstes.
- Das Feld ist unmittelbar nach dem Spiel/Training zu verlassen.
- Zwischen zwei Trainingsmaßnahmen sollten mindestens 10 Minuten liegen, damit sich gehende und kommende Trainingsgruppen nicht begegnen. Es empfiehlt sich getrennte Zugänge für Eingang und Ausgang zu benutzen, damit sich die gehenden und kommenden Gruppen nicht begegnen.

4. Trainingsformen, -inhalte und -organisation

Einhalten der übergeordneten Grundsätze in adäquaten oder angepassten Trainings- bzw. Übungsformen

- Die Aufwärmübungen finden nach Möglichkeit individuell und draussen statt.
- Es wird komplett ohne Körperkontakte gespielt und trainiert (keine High-Fives).
- Die Spiel- resp. Trainingsform muss entsprechend geplant und ausgeführt werden. Es ist darauf zu achten, dass es bei sämtlichen Übungen keinen Körperkontakt gibt.

Material

- Der Auf- und Abbau der Felder erfolgt durch die Anwesenden mittels Verwendung von Einweghandschuhen. Das Material wird nach dem Training desinfiziert. Die Handschuhe werden zu Hause entsorgt.
- Die Bälle werden vor und nach dem Training desinfiziert. Während des Trainings empfiehlt sich eine zusätzlich Desinfizierung zum Beispiel bei starken Schwitzen.
- Es wird empfohlen, max. 2 Bälle pro Teilnehmer zu verwenden.

Risiko / Unfallverhalten

- Um Verletzungen/Überlastungen vorzubeugen, ist ein dosierter, reduzierter Einstieg zu wählen und zudem eine vorbereitende Aufwärmung (Mobilisation/Aktivierung) zu gewährleisten. Es muss der Tatsache Rechnung getragen werden, dass einzelne Spieler*innen in den letzten Wochen vermutlich nicht gleich konsequent trainiert haben. Dies gilt insbesondere für den Breitensport.
- Im Falle eines Unfalls leistet der Trainer erste Hilfe - falls nötig bis zum Eintreffen der Ambulanz - (Schutzmaske wird empfohlen)

Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden

Anmeldungen fürs Training sind für alle Spieler*innen obligatorisch und müssen der Trainerin oder dem Trainer entsprechend vorgängig gemeldet und protokolliert werden, damit mögliche Infektionsketten nachverfolgt werden können. Die Trainerin/der Trainer oder die Covid-19-beauftragte Person nimmt die Anmeldungen entgegen und gibt den einzelnen Spieler*innen Trainingszeiten bekannt. Sie führt eine Anwesenheitsliste und archiviert diese zur Rückverfolgung von Kontakten.



5. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

Überwachung, Commitment und Rollenklärung

- Das Schutzkonzept wird allen LVBV Mitgliedern (Vereine) via Mailing und via Webseite kommuniziert.
- Das Regierungs-Plakat «So schützen wir uns» wird an den Trainingsorten durch den Betreiber aufgehängt.
- Den Risikogruppen wird vom Besuch einer Volleyball- oder Beachvolleyball-Anlage abgeraten.
- Die Trainerin/der Trainer oder die Covid-19-beauftragte Person nimmt die Anmeldungen entgegen und gibt den einzelnen Spieler*innen Trainingszeiten bekannt, bestimmt die Spiel- bzw. Trainingsgruppen.
- Die Trainerin/der Trainer oder die Covid-19-beauftragte Person stellt sicher, dass sämtliche Vorgaben der Regierung und Schutzmassnahmen auf der Anlage umgesetzt werden.
- Die Trainerin/der Trainer oder die Covid-19-beauftragte Person führt die Anwesenheitsliste und archiviert sie zur Rückverfolgung von Kontakten.
- Mit der Anmeldung und bestätigten Trainingsteilnahme akzeptiert der Spieler/die Spielerin sämtliche Vorgaben. Bei Missachtung wird der Spieler/die Spielerin vom Training ausgeschlossen.

6. Kommunikation des Schutzkonzeptes

Nach Freigabe ist folgende Verteilung des «LVBV Schutzkonzeptes für Volleyball und Beachvolleyball» vorgesehen:

- LVBV Webseite inklusive Kommunikation via Social Media und Newsplattform
- Mailing an Clubs (Präsident*innen mit entsprechender Kommunikation ihrerseits an ihre Mitglieder und Aufschaltung auf den einzelnen Webseiten). Ablaufplan mit den Betreibern der Halle abstimmen
- Mailing an alle Nationaltrainer*innen und alle Nationalspieler*innen (Volleyball und Beachvolleyball)

7. Grundlegende Überlegungen zur Aufnahme des Volleyballtrainings am Standort Liechtenstein

Die Spielanlage des Volleyballs ist - entgegen den Spielanlagen von Basketball und Handball - nicht auf Körperkontakt und Handlungen auf engstem Raum mit Berührungen angelegt.

Angriff und Blockaktionen gerade auch gegen Zweier- und Dreierblocks führen dagegen zur Ballung von mehreren Spielern auf engstem Raum und sind, in diesen Zeiten, zu vermeiden.

Auch im taktischen Kleingruppenttraining lassen sich die Grundsätze des Abstands durch die Trennung durchs Netz und den Raum entsprechend gut gestalten und organisieren.

Entsprechende Übungsformen lassen sich planen und organisieren. Auf Übungsformen unter Wettkampfbedingungen oder mit Wettkampfcharakter muß verzichtet werden.

Die Vereine sollten unbedingt die Durchführung ihrer Trainingsmaßnahmen genauestens mit den Betreibern abstimmen:

- * Wer stellt Desinfektionsmittel, Beschilderung, Einweghandschuhe usw. für die Trainingsgruppen ?
- * Wie organisieren wir das Betreten und Verlassen unserer Trainingsgruppen - angepasst an die jeweiligen Gegebenheiten der Hallen?
- * usw.

Schutzkonzept zur Wiederaufnahme
für Volleyball und Beachvolleyball



Grundlegende Regeln aus LVBV Sicht für das Training, die es unbedingt einzuhalten gilt:

1. Desinfektionsregeln einhalten
2. Wettkämpfe oder wettkampfnahe Trainingsformen sind zu vermeiden.
3. Jeder bringt zum Training ein Handtuch mit zur Schweißaufnahme (wenn nicht ohnehin schon praktiziert) - Vermeidung „Hände ins Gesicht“.
4. Jeder benutzt nur seine eigenen Trainingsmaterialien wie Black Roll, Theraband, Miniband und seine Trinkflasche.
5. Engerer Austausch mit den Eltern als ohnehin schon
6. Freiluftaktivitäten präferieren (Beachvolleyball)
7. Fahrgemeinschaften und Veranstaltungen (Mitgliederversammlungen, Besprechungen) sind zu unterlassen.
8. Trainingsgruppen unterteilen und Trainingseinheiten zeitlich reduzieren, um allen die Möglichkeit zur Wiederaufnahme der Trainingsaktivitäten zu ermöglichen.
9. Es empfiehlt sich auch die Unterarme zu desinfizieren, oder aber Trikots mit langen Armen oder Sleeves im Training zu benutzen.

Trainer sorgen für die Einhaltung und ordnungsgemäße Durchführung diese Vorgaben.

Wichtig!

Es sind die ersten Schritte zum Restart des Sports! Training, wie wir es bisher kannten wird auf längere Zeit noch nicht möglich sein. Der LVBV und die Vereine bitten um Verständnis, Eure Solidarität und Eurer Selbstverantwortung.

COVID-19-BEAUFTRAGTER LVBV:

Detlev Schönberg

detlev-schoenberg@t-online.de

0049(0)1728666770

Link zur Umsetzung im Training: (Swiss Volley)

https://www.volleyball.ch/fileadmin/user_uploads/manually_uploads_via_webtool/Trainingshilfe_COVID19.pdf



Anhang



Abstand halten

Halten Sie Abstand zu anderen Menschen. Eine Ansteckung mit dem neuen Corona Virus kann erfolgen, wenn man zu einer erkrankten Person weniger als zwei Meter Abstand hält. Indem Sie Abstand halten, schützen Sie sich und andere vor einer Ansteckung.

Einhalten der Distanz sowohl für Sportaktivitäten draussen und wie in Sport- und Trainingshallen. 10 Quadratmeter pro Person oder 2 m Distanz.

Aktivitäten und Training in Kleingruppen bis max. 5 Personen

Abstand halten im öffentlichen Verkehr

Der ÖV ist wichtig für eine funktionierende Wirtschaft. Und viele Menschen sind auf ihn angewiesen.

Das Grundangebot bleibt deshalb bestehen. Benutzen viele Personen ein öffentliches Verkehrsmittel gleichzeitig, können sie nicht genügend Abstand voneinander halten. Sie riskieren dann, sich mit dem neuen Corona Virus anzustecken.

- Verzichten Sie auf Fahrten mit dem ÖV
- Nutzen Sie für den Trainingsweg wo immer möglich den Langsamverkehr (zu Fuss, Fahrrad, E-Bike)
- Sind Sie dennoch auf ÖV angewiesen, halten Sie die **Hygiene- und Verhaltensregeln** ein



Gründlich Hände waschen: Vor und nach dem Training!

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Indem Sie Ihre Hände regelmässig mit Seife waschen, können Sie sich schützen. Trocknen Sie sie mit einem sauberen Handtuch, wenn möglich mit einem Wegwerf-Papiertuch oder einer einmal benutzbaren Stoffhandtuchrolle.

Was muss ich noch beachten?

Am besten tragen Sie keine Ringe. Falls Sie einen Ring tragen: Ziehen Sie ihn vor dem Händewaschen aus, reinigen Sie ihn mit Seife und trocken Sie ihn gut.

Pflegen Sie Ihre Haut: In lädiierter Haut können sich richtige «Mikrobennester» bilden. Verwenden sie zur Pflege der Haut eine Feuchtigkeitscreme.



Händeschütteln vermeiden

Je nachdem, was wir gerade angefasst haben, sind unsere Hände nicht sauber. Ansteckende Tröpfchen aus Husten und Niesen können sich an den Händen befinden. Sie gelangen an Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt. Darum ist es wichtig, das Händeschütteln zu vermeiden.

Gegen Ansteckung können wir uns schützen, indem wir:

- Keine Hände schütteln; auf Sportrituale mit Berührungen verzichten
- Auf Begrüssungsküsse verzichten
- Nase, Mund und Augen besser nicht berühren.