DEUTSCHER
FUSSBALL-BUND

ZURÜCK AUF DEN PLATZ

Leitfaden für Vereine

LIEBE FUSSBALLER*INNEN,

die Corona-Pandemie beeinflusst noch immer weite Bereiche des Lebens in Deutschland. Das Virus ist nicht besiegt, unvorsichtige Schritte könnten fatale Wirkungen haben. Aber es gibt deutlich positive Entwicklungen, die erfreuliche Konsequenzen ermöglichen. Deutschland und die Deutschen haben im Stresstest bislang vorbildlich agiert. Die Fußballer*innen und unsere knapp 25.000 Fußballvereine haben dabei eine besonders positive Rolle gespielt. Mit kleinen und großen Hilfsaktionen, mit kleinen und großen Spenden und schlicht damit, dass sie sich an die Vorgaben der Gesundheitsbehörden und der Politik gehalten haben. Dafür möchten wir uns an dieser Stelle herzlich bedanken. Das Bild, das insbesondere der Amateurfußball in den vergangenen Tagen und Wochen abgegeben hat, macht uns sehr stolz.

Wir sind noch weit davon entfernt, von Normalität in unserem Alltag sprechen zu können. Aber jede Lockerung bedeutet einen Zuwachs an Lebensqualität. Die schrittweise Freigabe des Trainingsbetriebs in ganz Deutschland ist die Nachricht, auf die unsere sieben Millionen Mitglieder sehnlichst gewartet haben.

Liebe Fußballer*innen – diesen Erfolg haben Sie sich mit Ihrer Disziplin verdient. Der DFB und seine Landesverbände haben im vorliegenden Leitfaden zusammengestellt, was Vereine, Trainer*innen und Spieler*innen unter den gegenwärtigen Vorgaben im Trainingsbetrieb zu beachten haben. In dieser Ausnahmesituation wollen wir Ihnen damit eine Orientierung geben, wollen Wege zeigen, wie der Fußball im Amateurbereich wieder ins Rollen kommt. Lassen Sie uns auf diesem Weg weitermachen. Lassen Sie uns als Fußball weiter gemeinsam vorangehen, verantwortungsvoll und vernünftig. Dann rückt der Tag näher, an dem es zu weiteren Öffnungen kommen kann und wir unserer größten Leidenschaft wieder wie gewohnt nachgehen können.

Fritz Keller
DFB-Präsident

Dr. Rainer Koch
1. DFB-Vizepräsident

GRUNDSÄTZE

Der Sport kommt wieder in Bewegung, viele Fußballer*innen dürfen zurück auf den Platz, der Ball kann wieder rollen – wenn auch unter Einschränkungen. Der folgende Leitfaden des DFB und seiner Mitgliedsverbände soll allen Vereinen mit Fußballangebot eine Orientierungshilfe für die mögliche Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs geben. Enthalten sind neben verbindlichen Vorgaben auch Tipps und Empfehlungen für die Organisation und Durchführung des Trainings. Ziel ist es, allen Vereinen bestmöglich Hilfestellungen zu geben.

Dem Konzept liegen die zehn Leitplanken der Wiederaufnahme des vereinsbasierten Sporttreibens des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) zugrunde. Wichtig dabei: Der Schutz der Gesundheit steht über allem, und die behördlichen Verfügungen sind zu beachten. An ihnen muss sich der Sport, muss sich jeder Verein streng orientieren. Unter Beachtung der lokalen Gegebenheiten und Strukturen gilt es für Vereine, zum Teil auch individuelle Lösungen zu finden und umzusetzen. Dieser Leitfaden bietet hierfür das Gerüst und wichtige Orientierungsgrundlagen.

VORGABEN UND EMPFEHLUNGEN

1

GESUNDHEITSZUSTAND

- Liegt eines der folgenden Symptome vor, sollte die Person dringend zu Hause bleiben bzw. einen Arzt kontaktieren: Husten, Fieber (ab 38 Grad Celsius), Atemnot, sämtliche Erkältungssymptome.

- Die gleiche Empfehlung gilt, wenn Symptome bei anderen Personen im eigenen Haushalt vorliegen.

- Bei positivem Test auf das Coronavirus im eigenen Haushalt muss die betreffende Person mindestens 14 Tage aus dem Trainingsbetrieb genommen werden. Aktuelle Empfehlungen gehen sogar in Richtung vier Wochen.

- Bei allen am Training Beteiligten sollte vorab der aktuelle Gesundheitszustand erfragt werden.

2 MINIMIERUNG DER RISIKEN IN ALLEN BEREICHEN

- Fühlen sich Trainer*in oder Spieler*in aus gesundheitlichen Gründen unsicher in Bezug auf das Training oder eine spezielle Übung, sollten sie auf eine Durchführung verzichten.

- Zu klären ist, ob potenziell Teilnehmende am Training einer Risikogruppe (besonders Ältere und Menschen mit Vorerkrankung) angehören.

- Auch für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Training von großer Bedeutung, weil eine gute Fitness vor Komplikationen der Corona-Erkrankung schützen kann. Umso wichtiger ist es, ganz besonders für sie das Risiko bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

3

ORGANISATORISCHE VORAUSSETZUNGEN

- Es muss sichergestellt sein, dass der Trainingsbetrieb in der jeweiligen Kommune behördlich gestattet ist.

- Benennung einer Ansprechperson (Hygienebeauftragte*r) im Verein, die als als Koordinator*in für sämtliche Anliegen und Anfragen zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs zuständig ist.

- Unterweisung aller Trainer*innen und verantwortlichen Vereinsmitarbeiter*innen in die Vorgaben zum Trainingsbetrieb und die Maßnahmen des Vereins.

4 ORGANISATORISCHE UMSETZUNG

GRUNDSÄTZE

- Trainer*innen und Vereinsmitarbeiter*innen informieren die Trainingsgruppen über die geltenden allgemeinen Sicherheits- und Hygienevorschriften.
- Den Anweisungen der Verantwortlichen (Trainer*innen und Vereinsmitarbeiter*innen) zur Nutzung des Sportgeländes ist Folge zu leisten.
- Eine Platzhälfte soll von maximal einer Trainingsgruppe genutzt werden. Die Trainingszeiten sind so zu organisieren, dass ein Aufeinandertreffen mehrerer Trainingsgruppen bestmöglich vermieden wird.
- Eine rechtzeitige Rückmeldung, ob man am Training teilnehmen kann, ist zu empfehlen, um die Trainingsplanung anhand der Leitplanken zu ermöglichen.
- Gewissenhafte Dokumentation der Trainingsbeteiligung je Trainingseinheit.

ANKUNFT UND ABFAHRT

- Auf Fahrgemeinschaften bei der Anfahrt ist möglichst zu verzichten.
- Ankunft am Sportgelände frühestens zehn Minuten vor Trainingsbeginn.
- Alle Teilnehmer*innen kommen bereits umgezogen auf das Sportgelände oder müssen sich direkt am Platz umziehen.
- Verlassen des Sportgeländes direkt nach dem Training; das Duschen erfolgt zu Hause.

AUF DEM SPIELFELD

- Alle Trainingsformen müssen unter der Voraussetzung der DOSB-Leitplanken, vor allem der Abstandsregeln, durchgeführt werden.
- Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall bei jeder Trainingseinheit in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen.
- Die Größe der Kleingruppen unterliegt den jeweils gültigen Verordnungen der Länder. Eine pauschale Richtgröße kann nicht vorgegeben werden. Die dynamischen Entwicklungen sind zu beachten und je nach regionalen Vorgaben gegebenenfalls anzupassen.

- Die aktuell empfohlene Größe der Kleingruppen liegt laut DOSB-Leitplanken bei maximal fünf Personen (Stand: 6. Mai).

AUF DEM SPORTGELÄNDE

- Nutzung und Betreten des Sportgeländes ausschließlich, wenn ein eigenes Training geplant ist.
- Zuschauende Begleitpersonen sind beim Training nicht zu empfehlen und möglichst zu vermeiden.
- Die gemeinsame Nutzung von Umkleiden und Duschen wird vorerst ausgesetzt.
- Der Zugang zu Toiletten sowie Waschbecken mit Seife muss sichergestellt sein.
- Gastronomiebereiche, Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume der Vereine bleiben geschlossen.

BESONDERHEITEN FÜR KINDER-/JUGENDTRAINING

- Sofern Unterstützung für die Fußballaktivitäten und/oder Toiletteneinrichtungen erforderlich ist, darf ein Elternteil/ Erziehungsberechtigter am Sportgelände anwesend sein. Für diese Person gelten ebenfalls die dort herrschenden organisatorischen und hygienischen Maßgaben.

5 HYGIENE- UND DISTANZREGELN

- Händewaschen (mindestens 30 Sekunden und mit Seife) vor und direkt nach der Trainingseinheit.
- Keine körperlichen Begrüßungsrituale (zum Beispiel Händedruck) durchführen.
- Mitbringen eigener Getränkeflasche, die zu Hause gefüllt wurde.
- Vermeiden von Spucken und von Naseputzen auf dem Feld.
- Kein Abklatschen, In-den-Arm-Nehmen und gemeinsames Jubeln.
- Abstand von mindestens 1,5 bis zwei Metern bei Ansprachen und Trainingsübungen.

6 ERGÄNZENDE HINWEISE

- Alle Trainingsangebote werden als Freiluftaktivität durchgeführt, da das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch verringert wird.
- Freiluftangebote erleichtern das Einhalten von Distanzregeln.
- Auch Spiel- und Trainingsformen des Futsal sollten zunächst ausschließlich im Freien durchgeführt werden.
- Zur Einhaltung der Distanzregeln sollten weiterhin keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Die Bundesregierung gestattet es Vereinen weiterhin, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen.

7 KOMMUNIKATION

- Kommunikation der Vorgaben/Regeln an alle Vereinsmitarbeiter*innen, Trainer*innen, aktiven Spieler*innen und Eltern.

- Es sollten Möglichkeiten geschaffen werden, dass Trainer*innen, Spieler*innen und andere Vereinsmitglieder regelmäßig Fragen stellen und diese beantwortet werden können. Empfohlen wird eine offene Runde (zum Beispiel Videokonferenz) zur Information und zum Austausch mit Vereinsmitgliedern.

- Aushang der Vorgaben, Regeln und Hygienevorschriften am Eingang des Sportgeländes.

8 TRAININGSTIPPS

Der Fußball kehrt zurück auf den Platz, der Trainingsbetrieb kann wieder aufgenommen werden – mit deutlichen Einschränkungen. Vor diesem Hintergrund haben der DFB und seine Mitgliedsverbände im Bereich „Training & Service“ auf DFB.de und FUSSBALL.DE einen themenbezogenen Bereich „Training in Corona-Zeiten“ eingerichtet. Dort werden Vereinsverantwortliche, Trainer*innen und Spieler*innen mit den wichtigsten Informationen und Erkenntnissen sowie passenden Trainingstipps für alle Alters- und Leistungsklassen versorgt. Der Bereich wird ständig aktualisiert.

Enthalten sind unter anderem angemessene Verhaltensweisen im Miteinander sowie Hinweise für eine effiziente Organisation des Trainingsbetriebs unter den gegebenen Umständen. Das Herzstück bildet der umfangreiche Praxisbereich. Hier erhalten die Trainer*innen konkrete inhaltliche Vorschläge und umfassende Trainingsformenkataloge für ein sicheres und gleichzeitig motivierendes Kleingruppentraining – immer basierend auf den bestehenden Möglichkeiten und versehen mit zahlreichen altersspezifischen Variationen. Die Einheiten werden Woche für Woche durch DFB-Trainer*innen und DFB-Ausbilder*innen ergänzt und altersspezifisch ausgebaut.

Mit dem eingerichteten Trainingsbereich lässt sich aus der gegebenen Situation das Optimale herausholen. Die Spieler*innen können ihre Fertigkeiten im Detail verbessern. Hierzu zählt auch der nach wie vor aktuelle Leitfaden zum Eigentraining. Vor allem konditionelle Fähigkeiten lassen sich weiterhin allein zu Hause erarbeiten. Auch hierfür bietet der DFB mit seinen Regional- und Landesverbänden zahlreiche Trainingsanregungen. Abgerundet wird das Angebot durch Downloadvorlagen, die als Service für alle Beteiligten dienen und die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs erleichtern sollen.

TRAININGSÜBERSICHT

Aktive: https://www.dfb.de/trainer/aktiver-ue-20/training-in-der-coronazeit/

A-Jugend: https://www.dfb.de/trainer/a-juniorin/training-in-der-coronazeit/

B-Jugend: https://www.dfb.de/trainer/b-juniorin/training-in-der-coronazeit/

C-Jugend: https://www.dfb.de/trainer/c-juniorin/training-in-der-coronazeit/

D-Jugend: https://www.dfb.de/trainer/d-juniorin/training-in-der-coronazeit/

E-Jugend: https://www.dfb.de/trainer/e-juniorin/training-in-der-coronazeit/

F-Jugend: https://www.dfb.de/trainer/f-juniorin/training-in-der-coronazeit/

Bambini: https://www.dfb.de/trainer/bambini/training-in-der-coronazeit/

EINFÜHRUNG TRAININGSKONZEPT:

https://www.dfb.de/trainer/artikel/nach-dem-corona-stopp-auf-dem-weg-zurueck-ins-training-3152/

HYGIENEMASSNAHMEN UND ABSTANDSREGELN:

https://www.dfb.de/trainer/artikel/kleingruppentraining-mit-hygiene-und-abstand-dem-virus-keine-chance-lassen-3158/

HEIMTRAINING:

https://www.dfb.de/trainer/artikel/heimtraining-in-der-coronakrise-so-trotzt-ihr-dem-virus-3147/

https://www.dfb.de/trainer/artikel/so-arbeiten-sie-mit-den-heimtrainingsplaenen-auf-training-service-3149/

MENTALE BEGLEITUNG DER SPIELER*INNEN:

https://www.dfb.de/trainer/artikel/die-spieler-mental-wieder-auf-fussball-trimmen-3157/

9

RECHTLICHES

Die vorherigen Bestimmungen sind nach bestem Wissen erstellt. Eine Haftung bzw. Gewähr für die Richtigkeit der Angaben kann nicht übernommen werden. Es ist stets zu beachten, dass durch die zuständigen Behörden oder Eigentümer bzw. Betreiber der Sportstätte weitergehende oder abweichende Regelungen zum Infektionsschutz sowie Nutzungsbeschränkungen getroffen werden können. Prüfen Sie dies bitte regelmäßig. Diese sind stets vorrangig und von den Vereinen zu beachten.

WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND (DOSB)

Allgemeine Infos:
https://www.dosb.de/medien-service/coronavirus/

Zehn Leitplanken:
https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/21042020_ZehnLeitplanken__end_.pdf

DEUTSCHE SPORTJUGEND (DSJ)

Allgemeine Infos Jugendsport:
https://www.dsj.de/informationen-zum-umgang-mit-dem-corona-virus/

BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG (BZGA)

Verhaltensregeln & FAQ:
https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/

ROBERT KOCH-INSTITUT (RKI)

Allgemeine Infos:
https://www.rki.de/DE/Home/homepage_node.html

Risikobewertung:
https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikobewertung.html

BUNDESREGIERUNG

Aktuelle Infos:
https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus

HERAUSGEBER
Deutscher Fußball-Bund
Otto-Fleck-Schneise 6
60528 Frankfurt am Main
Tel.: 069/6788-0
DFB.de
FUSSBALL.DE

VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT
Michael Herz

REDAKTION
Jochen Breideband, Steffen Lüdeke, Wolfgang Möbius,
Thomas Schlierbach, Gereon Tönnihsen

BILDNACHWEIS
Thomas Böcker, Getty Images, imago, Philippka

**VISUELLE KONZEPTION,
TECHNISCHE GESAMTHERSTELLUNG**
Ruschke und Partner
Gattenhöferweg 32
61440 Oberursel/Ts.
Tel.: 06171/693-0