



—BRC—

Berliner Rugby-Club e.V.

---

Konzept für die schrittweise Wiederaufnahme  
des Rugby Trainings  
COVID-19

Stand: 17 Mai, 2020

**Ansprechpartner:**

Gerald Gräfe ([gerald.graefe@berliner-rugby-club.de](mailto:gerald.graefe@berliner-rugby-club.de)) — Jason McConnell-Leech ([jason.mc.l@berliner-rugby-club.de](mailto:jason.mc.l@berliner-rugby-club.de))

# Für Jugendspieler, Herrenspieler und Trainer

---

Allgemeine Infektprävention & Hygieneregeln (vom DRV übernommen)

## Vor jedem Training:

### 1 Fühlst du dich krank?

Symptome: Fieber über 37,5°C oder Kurzatmigkeit oder Husten oder Halzscherzen oder Gliederschmerzen.

**Nein:** Nächste Frage

**Ja:** Bleib zu Hause

### 2 Hast du in den letzten 2 Wochen kontakt zu einem COVID-19 Positiven?

**Nein:** Nächste Frage

**Ja:** Bleib zu Hause

### 3 Warst du COVID-19 positiv in den letzten 2 Monaten?

**Nein:** Training erlaubt!

**Ja:** Bleib zu Hause

**Ansprechpartner:**

# Für Jugendspieler, Herrenspieler und Trainer

---

Allgemeine Infektprävention & Hygieneregeln (vom DRV übernommen)

## Vor & Nach dem Training:

**Händedisinfektion** vor und nach dem Training.

**Kein Carpooling** oder gemeinsames Anreisen zum Training.

**Zügige An- und Abreise** um Gruppenbildung zu vermeiden.

**Kein umziehen oder duschen** Umkleieraum bleibt zu.

**Anwesenheit eintragen** vor jedem Training. Die verbindliche Zu- oder Absage in SPOND als An-/Abwesenheitsnachweis.

**Desinfektion aller Sportgeräte** vor und nach dem Training.

**Keine Mithilfe** beim Auf- und Abbau.

## Während des Trainings:

**Trinkflasche** einige Trinkflasche sind mitzubringen.

**Kein Gruppenwechsel** keine Vermischung der zugeordneten Gruppen.

**2m Abstand** einhalten zu **ALLEN** Zeiten.

**10m Abstand** beim direkten Rennen hinter Mitspieler.

**Gesicht NICHT** berühren.

**Ansprechpartner:**

# Für Jugendtraining

## Stufe 1:

**Wann:** ab Freitag, 15. Mai 2020

**Bis:** Lockerung des Kontaktverbotes (Berliner Senat & LSB Berlin)

**U8:** **KEIN TRAINING.**

**U10:** Jahrgang 2011 **KEIN TRAINING.**  
Jahrgang 2010 in zwei Kleingruppen 1x die Woche je Gruppe.

**U12:** 4 Kleingruppen 1x die Woche je Gruppe.

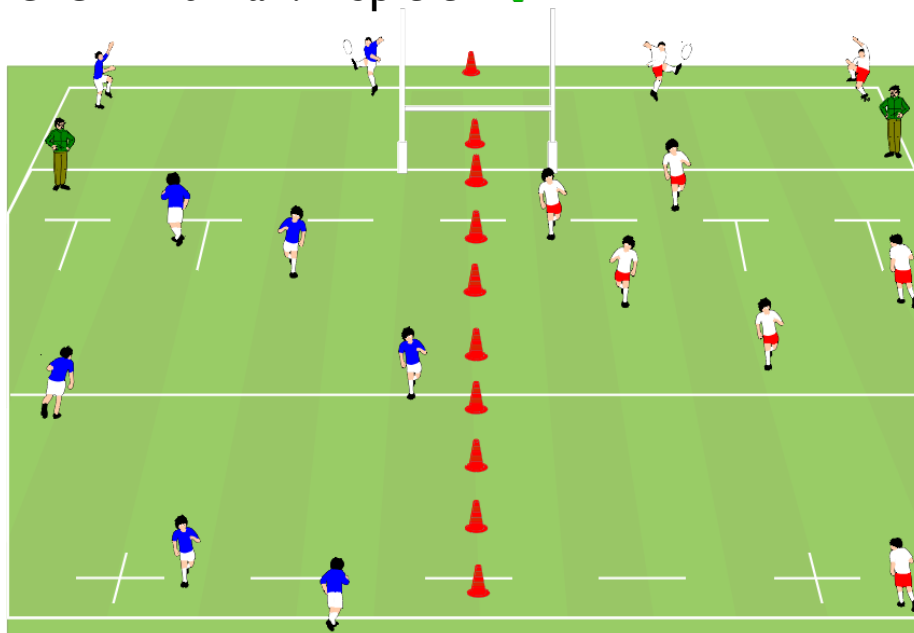
**U14:** 4 Kleingruppen 2x die Woche je Gruppe.

**U16:** 2 Kleingruppen, 2x die Woche je Gruppe.

**U18:** 2 Kleingruppen, 1x die Woche je Gruppe.

Trainingszeiten werden durch die Trainer kommuniziert (Einladung per Spond)

- **Kleingruppen** Max. 7 Spieler pro Trainer & pro Platzhälfte
- **Ballhandlung mit max. 2 Spieler** (U10, U12: je Spieler 1 Ball)
- **Kein Kontakttraining** 🚫
- **Athletik- und Konditionstraining** ✓
- **Krafttraining mit Körpergewicht** ✓
- **U14+ Passen** mit max. 2 Spieler ✓
- **U14 + Kicken** mit max. 2 Spieler ✓



**Ansprechpartner:**

# Für Jugendtraining

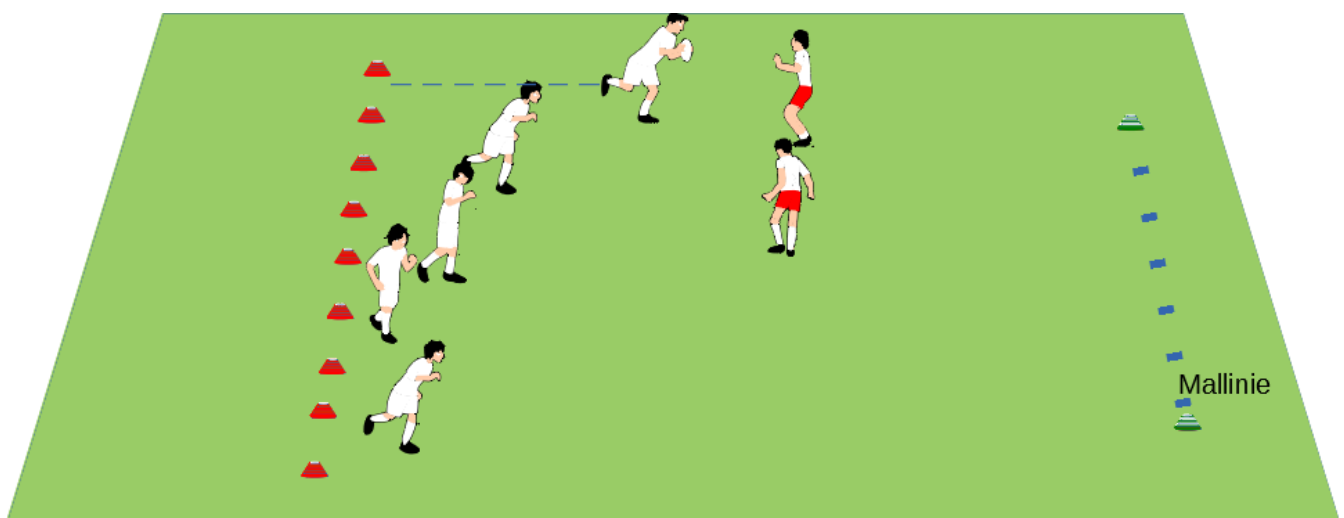
## Stufe 2:

**Wann:** ab Lockerung des Kontaktverbotes

**Bis:** Genehmigung vom LSB Berlin & DRV für Vollkontakt

<b>U8:</b>	Montag 18:00 – 19:00 (evt. früher); Mittwoch 16:00 – 17:00 (WRO)
<b>U10:</b>	Montag 18:00 – 19:30 (evt. früher); Mittwoch 16:00 – 17:00 (WRO)
<b>U12:</b>	Dienstag 17:00 – 18:00; Freitag 17:00 – 18:00 (WRO)
<b>U14:</b>	Dienstag 17:00 – 18:30; Donnerstag: 16:30 – 18:00 (WRO)
<b>U16:</b>	Mittwoch 18:00 – 19:30 (Sachtlebenstr.) Freitag 18:00 – 19:30 (WRO)
<b>U18:</b>	Mittwoch 18:00 – 19:30 (Sachtlebenstr.) Freitag 18:00 – 19:30 (WRO)

- **Keine Restriktion der Gruppengröße**
- **Touch Rugby od. ähnlich ist möglich**
- **Kein Kontakttraining** ❌
- **Athletik- und Konditionstraining** ✓
- **Krafttraining mit Körpergewicht** ✓
- **Team Run (ohne Gedränge od. Gassen)** ✓



**Ansprechpartner:**

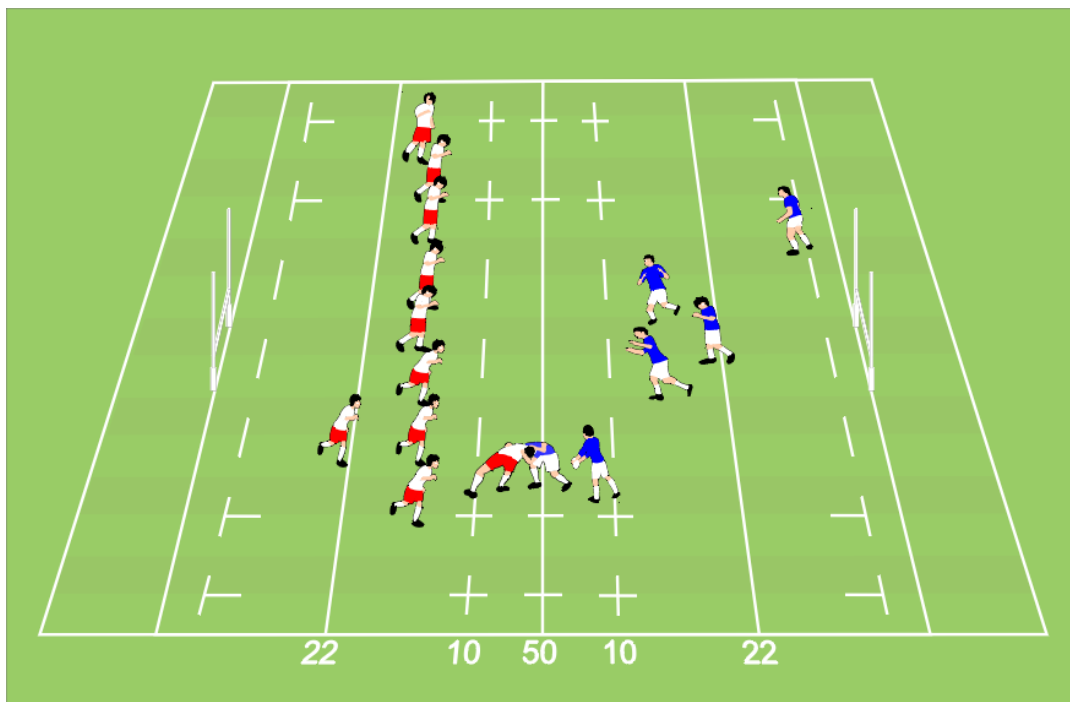
# Für Jugendtraining

## Stufe 3:

**Wann:** nach Genehmigung vom LSB Berlin & DRV für Vollkontakt

<b>U8:</b>	Montag 18:00 – 19:00 (evt. früher); Mittwoch 16:00 – 17:00 (WRO)
<b>U10:</b>	Montag 18:00 – 19:30 (evt. früher); Mittwoch 16:00 – 17:00 (WRO)
<b>U12:</b>	Dienstag 17:00 – 18:00; Freitag 17:00 – 18:00 (WRO)
<b>U14:</b>	Dienstag 17:00 – 18:30; Donnerstag: 16:30 – 18:00 (WRO)
<b>U16:</b>	Mittwoch 18:00 – 19:30 (Sachtlebenstr.) Freitag 18:00 – 19:30 (WRO)
<b>U18:</b>	Mittwoch 18:00 – 19:30 (Sachtlebenstr.) Freitag 18:00 – 19:30 (WRO)

- **Vollständiger Wiedereinstieg in den Trainingsbetrieb.**
- **Kontaktübungen sind wieder erlaubt.**



**Ansprechpartner:**

## **Stufe 1:**

### **Der Sportplatz WRO:**

Der Platz ist in zwei Hälften „links/vorne“ und „rechts/hinten“ getrennt. Die Zuordnung der Platzhälften zu den Gruppen erfolgt in der Einladung zum Training in SPOND.

Es werden zwei Zonen zum Betreten und Verlassen des Platzes eingerichtet.

Für die linke/vordere Hälfte des Platzes (Richtung beim Betreten) befindet sich die Ankunftszone links/vorne am Ballschutzzaun. Für die rechte/hintere Platzhälfte befindet sich die Ankunftszone rechts/hinten am Ballschutzzaun.

### **Trainingsbeginn/-ende sowie Betreten/Verlassen des Platzes:**

Die in der SPOND-Einladung genannte Uhrzeit für das Training meint den Zeitpunkt des Betretens des Schulgeländes. Die Teilnehmer suchen dann zügig ihre Ankunftszone auf. Dort markieren Hütchen den Mindestabstand zwischen den Spielern. Die Spieler legen mitgebrachte Rucksäcke, Taschen, Kleidung oder Trinkflaschen dort an jeweils „ihrem“ Hütchen ab.

Vor dem Betreten des Trainingsplatzes sind die Hände mit den vom BRC bereitgestellten Materialien zu desinfizieren.

Ab Betreten der Ankunftszone ist den Anweisungen der anwesenden Trainer/Betreuer zu folgen. Bringende Eltern sind aufgefordert, das Gelände nach Ankunft des Kindes in der Ankunftszone zügig wieder zu verlassen, um Ansammlungen zu vermeiden. Abholung zur vom Trainer vorgegebenen Zeit ebenfalls ohne Aufenthalt und einzeln.

Es ist der jeweils direkte Weg zur zugewiesenen Platzseite zu nehmen. Das Durchqueren, Betreten oder der Aufenthalt auf der nicht zugewiesenen Seite ist Spielern und Eltern nicht gestattet. Beginn und Schlusszeiten der jeweiligen Gruppen auf den Platzhälften werden jeweils 15 min versetzt, um Begegnungen und Ansammlungen zu vermeiden.

## **Stufe 2:**

Einteilung der Trainingsgruppen und Zeiten erfolgt entsprechend der dann gültigen Vorgaben des Senats bzw. der zuständigen Behörden. (Wird bei Inkrafttreten weiterer Lockerungen ergänzt)

## **Stufe 3:**

Training in den Altersklassen. Die Einteilung der Plätze und Zeiten erfolgt bei Bedarf.



—BRC—

Berliner Rugby-Club e.V.