



## Leitfaden für Trainer

### Wiederaufnahme Training

- Informationsbogen einsammeln (Schanni / Rüdiger)
- Anwesenheitsliste dokumentieren (event zur späteren Verwendung)
- Einteilung in Kleingruppen vorab.
- Abholen vom Wartebereich zum Spielfeld. (Schanni / Rüdiger)
  
- Jeden Trainingsblock mit dem dazu gehörenden Haupttrainer(n) und den jeweiligen Cotrainern besetzen
- Haupttrainer sagt Inhalte an, Cotrainer bleiben fest an einer Station.
- Trainingsinhalte selbst gestalten oder bei DHC TrainerSchule anfragen
  
- Platzeinteilung in 5 Boxen á max 4 Spieler (Abstandswahrung!) siehe Skizze  
**Die Zoneneinteilung und -besetzung mit Spielern kann während des Trainings durch den Trainer variiert werden – auch dabei gilt Abstandswahrung!**
  
- TW als Feldspieler mit trainieren (ohne TW Ausrüstung, Extra TW Training)
- Athletik oder Technik Übungen (Partner und Einzelübung mit Abstandswahrung!)
- Kontaktfreie Übungen (ohne Zweikämpfe)
- Übungen nur mit imaginären Hütchen (keine realen Hütchen) und imaginären Stangen
- Bälle sammeln nur mit Schläger und durch Spieler einer Station (Anspiel an die anderen Stationen).
- Kein Spiel, keine Spielform
- Wenn in einer Übung der Ball verspringt / wegläuft, dann nicht direkt holen vom Spieler sondern neuen Ball holen aus Ballpool jeder Station
  
- Am Schluß alle Bälle in eine Ecke, Desinfektion aller Materialien
- **Verlassen des Geländes** zügig und mit Abstandswahrung **rechts vom Clubhaus**