

SCHUTZ- & HYGIENEREGELN FÜR VEREINE UND SPIELER*INNEN



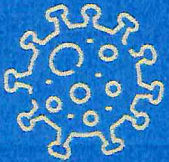
Gemeinsam für die Einhaltung der Regeln - damit der Fußball gesund bleibt!

Es ist jederzeit mindestens 1,5 Meter Abstand zu halten!

Einzige Ausnahme: während des Spiels und des Trainings



Bei einem positiven Test
mindestens 14 Tage zu Hause
bleiben.



Wenn möglich alleine und schon
umgezogen zum Sportgelände
anreisen. Bei Fahrgemeinschaften
einen Mund-Nasen-Schutz tragen.



Wenn möglich im Freien bleiben
(z.B. bei Teambesprechungen & in
der Halbzeit).



Mindestens 30 Sekunden
Händewaschen mit Seife – vor und
nach dem Spiel und dem Training.



Verzicht auf jeden nicht notwendigen
Kontakt
(z.B. beim Jubeln).



Regelmäßiges Desinfizieren von
Gebrauchsgegenständen (z. B.
Bälle) und Oberflächen
(z. B. Duscharmaturen).



Bei Erkältungssymptomen, Husten,
Fieber (ab 38° Celsius) oder Atemnot
zu Hause bleiben. Auch, wenn sich
diese Symptome bei Personen im
selben Haushalt zeigen.



Alle Spieler*innen sollten eine eigene
Trinkflasche benutzen.



Kabine, Dusche oder andere
geschlossene Räume nur mit
Mindestabstand betreten. Mund-
Nasen-Schutz wird empfohlen.
Gegebenenfalls die Räume
nacheinander gestaffelt benutzen.



Keine körperlichen Begrü-
ßungsrituale (z.B. Abklatschen)
durchführen.



Vermeiden von Spucken oder
Naseputzen auf dem Spielfeld.