

Trainingskonzept zur Einhaltung der Hygienevorschriften



Einleitung

Dieses Konzept dient dazu, die Gesundheit jedes einzelnen während des gesamten Trainings zu schützen. Die Nicht-Einhaltung führt zum Ausschluss vom Training.

Vor dem Training

- Es dürfen keine Fahrgemeinschaften gebildet werden. Eine Fahrgemeinschaft ist dann gegeben, wenn sich Personen mehrerer Haushalte in einem Auto befinden
- Die Begrüßung erfolgt kontaktlos. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen, oder ähnliches wird komplett verzichtet.
- Das Betreten der Halle (inklusive Vorraum) ist nur in Begleitung eines Trainers gestattet.
 - o Die Türklinken werden beim Betreten der Halle von den Trainern desinfiziert und bleiben anschließend offen.
 - o Die Trainer holen die jeweilige Gruppe unter Einhaltung des Sicherheitsabstandes in die Halle, wenn die vorherige Gruppe diese verlassen hat und sie für die folgende Gruppe vorbereitet ist.
 - o Draußen ist, wenn möglich, im Auto zu warten. Ist dies nicht möglich, sind die Trainer im Vorfeld zu informieren. Das Bilden von Gruppen oder Trauben ist nicht gestattet.
 - o Während des Wartens und dem Weg in die Halle ist ein Mund- und Nasenschutz ordnungsgemäß zu tragen.
- Vor Beginn des Trainings sollten die Hände gewaschen oder desinfiziert werden.
- Zum Training wird im Gi/Sportsachen erschienen. Die Umkleiden und Duschen bleiben bis auf weiteres geschlossen. Das Umziehen in der Halle ist nicht gestattet.

Während des Trainings

- Der Mindestabstand von 2m zu anderen Personen ist dauerhaft einzuhalten.
 - o Es dürfen sich keine Zuschauer in der Halle befinden.
 - o Das Training findet kontaktlos statt. Auf alle Partnerübungen (wie z.B. Kumite), Gruppenspiele jeglicher Art, Aufwärmtraining und Formen aus diesem, die einen Mindestabstand von 2m nicht garantieren, wird verzichtet.
 - o In den Kindergruppen ist ein Trainer nur dafür zuständig, auf die Einhaltung des Sicherheitsabstandes und der weiteren Hygieneregeln zu achten.
 - o Der Anweisung der Trainer ist Folge zu leisten
- Auf die Nutzung von Trainingsgeräten (wie z.B. Prätzen, Bälle) wird verzichtet.
- Um für eine gute Belüftung zu sorgen sind alle Fenster und Türen während des gesamten Trainings offen zu halten.

Nach dem Trainings

- Die Hände sollten nach dem Training gewaschen oder desinfiziert werden.
- Die Umkleiden und Duschen bleiben bis auf weiteres geschlossen. Das Umziehen in und an der Halle ist untersagt.
- Das Verlassen der Halle erfolgt nur in Begleitung eines Trainers, auf direktem Weg, unter Einhaltung des Mindestabstandes und mit einem Mund- und Nasenschutz
- Ansammlungen (wie Gesprächsrunden) vor der Halle sind untersagt.

Allgemein gilt

- Um die Hygiene zu wahren und Ansteckungen zu vermeiden
 - o Die Umkleiden und Duschen bleiben bis auf weiteres geschlossen. Das Umziehen in und an der Halle ist nicht gestattet.
 - o Toilettengänge sind sowohl vor, als auch während und nach dem Training zu vermeiden.
 - o Körperkontakte jeglicher Art müssen zu jeder Zeit unterbleiben. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Armnehmen, Jubeln oder Trauern in Gruppen wird komplett verzichtet.
 - o Die Hände sollten regelmäßig gewaschen und Desinfiziert werden.
 - o In den Räumlichkeiten wird sich nur mit Mund- und Nasenschutz und unter Aufsicht eines Trainers bewegt.
 - o Personen mit Krankheitssymptomen von Corona, respiratorischen Symptomen (Erkrankungen der Atemwege, Husten, Schnupfen, Halsschmerzen) oder anderen ansteckenden Erkrankungen, sowie Personen, die sich in den letzten 14 Tagen in einem Risikogebieten aufgehalten haben oder Kontakt zu infizierten Personen hatten, dürfen nicht zum Training erscheinen
 - o Für die Einhaltung des Sicherheitsabstandes werden Trainingsgruppen verkleinert und die Trainingszeiten geändert.
- Vereinsspezifische Regelungen:
 - o Bis auf weiteres finden keine Prüfungen oder andere Veranstaltungen statt.
 - o Es darf auch in normaler Sportkleidung trainiert werden.
 - o Bis auf weiteres werden keine neuen Mitglieder aufgenommen. Ebenfalls wird kein Probetraining durchgeführt.
 - o Es wird eine Anwesenheitsliste mit Kontaktdaten geführt. Diese wird für 4 Wochen aufbewahrt und anschließend ordnungsgemäß vernichtet.
- **Missachten der Hygieneregeln führt zum Ausschluss vom Training**

Trainingszeiten und Trainer:

Dienstags:

<i>Wer?</i>	<i>Treffen</i>	<i>Trainingszeit</i>	<i>Trainer</i>
Kinder, Gruppe A	17.25	17.30-18.25	Jacob, Maren, Caro
Erwachsene, 9.-1. Kyu	18.30	18.35-19.30	Jacob, Maren
Erwachsene ab 1. Dan	19.35	19.40-20.35	Guido

Freitags:

<i>Wer?</i>	<i>Treffen</i>	<i>Trainingszeit</i>	<i>Trainer</i>
Kinder, Gruppe B	16.55	17.00-17.55	Maren, Jacob, Caro
Erwachsene 9.-1. Kyu	18.00	18.05-19.00	Maren, Jacob
Erwachsene ab 1. Dan	19.05	19.10-20.05	Karl

Bei Fragen stehen wir euch gerne zur Verfügung!

Karl Genther: 01709642111
Maren Seidel: 015754110517