



Trainingsablauf und Hygieneplan

Stand 23.09.2020

Kurzfristige Änderungen vorbehalten

Ablauf Betreten Aufenthalt und Verlassen des Gebäudes:

- Die Trainierenden treffen sich 5 Minuten vor dem Trainingsbeginn vor dem Gebäude am Haupteingang (Pausenhof) unter Berücksichtigung der aktuellen Coronaregeln.
- Pünktlich zum Trainingsbeginn wird die Halle vom Trainingsleiter aufgeschlossen, die Trainierenden betreten das Gebäude (im Gebäude herrscht Maskenpflicht). Sind die Trainierenden im Gebäude, wird die Halle wieder verschlossen. Seid daher bitte pünktlich.
- Beim Eintreten des Trainingsraums, sind die Hände zu desinfizieren (Desinfektionsmittel steht bereit).
- Zuschauer, Begleitpersonen oder Eltern sind während des Trainings nicht zugelassen. Falls Eltern da bleiben möchten, müssen sie außerhalb der Trainingshalle warten, bis das Kind aus der Gebäude kommt.
- Die Trainierenden gehen auf dem direkten Weg in die kleine Halle. Möglichkeiten zum Umziehen besteht nur noch in der hinteren Männer-Umkleide. Geschlechtertrennung ist derzeit leider nicht möglich. Wir empfehlen daher schon Trainingsfertig zu kommen.
- In der Umkleide ist unter den gültigen Abstandsregeln von 1,5 Meter ein gleichzeitiger Aufenthalt von 3 Personen erlaubt.
- Die Duschen sind gesperrt.
- Der Aufenthalt in der Toilette ist jeweils nur einer Person erlaubt.
- In der kleinen Halle sind maximal 20 Personen erlaubt.
- Training nach Möglichkeit mit geöffneten Fenstern
- Das Verlassen des Gebäudes ist die umgekehrte Reihenfolge wie beim Betreten einzuhalten.
- An die Eltern: Bitte sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind unbedingt pünktlich abgeholt wird. Wegen der Gruppenwechsel und der Reinigungs- und Desinfektionspause haben wir leider keine Möglichkeit nach Trainingsende auf Ihr Kind zu achten!



Wir sind Mitglied
im KVBW – dem
offiziellen Fachver-
band für Karate im
Spitzensportland
Baden-Württemberg.





Karate Dojo Neckarbischofsheim e.V.



空
手
道

Ablauf Training

- Training nur in Sportschuhen (Barfuß ist nicht erlaubt)!
- Beim Karafit bitte eigene Gymnastik-Matten mitbringen!
- Unsere Trainer werden das Training so anpassen, dass Power-Training vermieden wird (Luftsättigung durch Aerosole wird dadurch minimiert).
- Partnerübungen sind nur mit dem gleichen Partner innerhalb der Trainingseinheit erlaubt.
- Neben der Partnerübungen sind auch hier die Abstandsregeln einzuhalten
- Nach dem Training wird durch den Trainingsleiter das Lüften unter Öffnung aller Fenster und Türen veranlasst.
- Sind wir die letzten in der Halle, wird beim endgültigen Verlassen des Gebäudes, die Fenster und Türen wieder geschlossen.
- Alle Kontaktflächen (Lichtschalter, Bänke, Türklinken, Geräte) müssen mit den bereitgestellten Mitteln gereinigt werden.

Der jeweilige Trainingsleiter ist für das Einhalten der Regeln verantwortlich. Da dies für uns ein großer Aufwand ist, bitten wir euch, den Trainer jeweils zu unterstützen und die Berührungen von Objekten aller Art auf ein Minimum zu beschränken.

Voraussetzung für die Trainingsteilnahme:

- Pünktlich erscheinen
- Corona-Trainingskonzept-Formular ist zum ersten Training unterschrieben abzugeben. Der Download des Formulars sowie alle weiteren Informationen sind auf unserer Webseite www.kd-neckarbischofsheim.de unter der Rubrik **Training und Covid19** möglich.
- Die Trainingsteilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Wir werden das Training so gestalten, dass möglichst wenig direkter Kontakt zu anderen Mittrainierenden stattfindet. Dies ist jedoch (gerade bei Kindern) nicht auszuschließen. Wer Angst oder Bedenken hat sich zu infizieren, sollte nicht am Training teilnehmen. Sollte sich ein Teilnehmer infizieren, so lehnen wir eine Haftung ausdrücklich ab!
- Für jede Trainingsstunde werden Teilnehmerlisten (mit Name, Anschrift, Telefon-Nr.) geführt, im Falle einer Infizierung werden die Daten an die zuständigen Behörden übermittelt. Die Teilnehmerlisten werden 4 Wochen aufbewahrt und im Anschluss vernichtet.
-



Wir sind Mitglied
im KVBW – dem
offiziellen Fachver-
band für Karate im
Spitzensportland
Baden-Württemberg.

