



Schutz- und Hygienekonzept

Kampfkunstschule Karate Team Hegau _____

Zum Schutz unserer Mitglieder und Trainer/-innen vor einer weiteren Ausbreitung des Covid-19 Virus verpflichten wir uns, die folgenden Infektionsschutzgrundsätze und Hygieneregeln einzuhalten.

Unser/e Ansprechpartner/in zum Infektions- bzw. Hygieneschutz

Name: ...Roland Schellhammer.....

Tel. / E-Mail: ...0171 53 123 16 info@karate-hegau.de.....

Grundsatz:

1. Es ist für uns existenziell unseren Unterrichtsbetrieb so bald wie möglich wieder aufzunehmen.
2. Wir befolgen alle staatlichen Vorgaben und Auflagen ausnahmslos!
3. Wir verzichten auf jeglichen Kontakt und jegliche Berührung im Unterricht.
4. Techniken werden ausschließlich an Boxsäcken und/ oder als Schattenboxen/ Formen geübt.
5. Jedem Schüler steht eine Fläche von 10 qm zu Verfügung. Punkte sind 3 m von einander entfernt.
6. Die Trainingsgeräte wie Boxsäcke werden nach jeder Einheit desinfiziert.
7. Die Trainingsfläche wird vor dem Unterricht gründlich gereinigt.
8. Die Toiletten werden vor und nach jeder Unterrichtsstunde gereinigt.
9. Wir haben einen genauen Putzplan, den wir nach jeder Trainingsstunde abarbeiten.

Blatt 2

Maßnahmen in unseren Unterrichtsräumen:

1. Zuordnung der Mitglieder in feste Gruppen und Zeiten um die Anzahl, nach den gesetzlichen Vorgaben, der anwesenden Personen grundsätzlich planbar zu machen.

Information an alle Mitglieder, dass der Einlass max. 5 Minuten vor Unterrichtsbeginn möglich ist.

Die Unterrichtseinheit ist 45 Minuten lang, um einen berührungsfreien Wechsel der Gruppen zu ermöglichen.

Die Trainingskleidung ist bereits beim Eintreffen zu tragen.

Die Umkleieräume sind verschlossen.

2. Wir gewähren den Mindestabstand von 2 m durch folgende Maßnahmen:

Wir unterweisen unsere Trainer/-innen über die Abstandsregeln

Wir bringen Bodenmarkierungen im und vor dem Unterrichtsraum, an Eingang und Wartebereichen an.

Wir markieren den Bewegungsbereich der Trainer und der Mitglieder

Es gibt einen Aushang von Hinweisschildern in der Schule.

Wir kontrollieren die Einhaltung der Abstandsregeln.

3. Mund-Nasen-Bedeckungen

Wir stellen sicher, dass unsere Trainer/-innen Mund-Nasen-Bedeckungen tragen

Wir weisen unsere Mitglieder darauf hin, dass zum Eigenschutz / Schutz unserer Trainer/-innen eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden soll

Wir schulen unsere Trainer/-innen über die richtige Anwendung einer Mund-Nasen-Bedeckung

Bereitstellung von geeigneten Mund-Nase-Bedeckungen für Trainer/-innen und Mitglieder

Die Schutzausrüstungen sind ausschließlich personenbezogen

Blatt 3

4. Vorgehensweise bei Verdachtsfällen

Wir fordern unsere Trainer/-innen und Mitglieder mit entsprechenden Symptomen auf, die Unterrichtsräume zu verlassen bzw. zu Hause zu bleiben

Und fordern die betroffenen Personen auf, sich umgehend an einen Arzt oder das Gesundheitsamt zu wenden

5. Handhygiene

Aushang von Anleitungen zur Handhygiene, insbesondere in den Toiletten.

Aufstellen von Spendern mit Desinfektionsmitteln zur Handdesinfektion

Bereitstellung von hautschonender Seife

Bereitstellung von Papierhandtüchern zur Einmalbenutzung (keine Handtrockner)

Bereitstellung von Einweghandschuhen

6. Wegekennzeichnung und Zeitvorgaben

Laufwege sind gekennzeichnet durch Bodenmarkierungen und Pfeile am Boden.
(Einbahnstraßen)

Getrennter Ein- und Ausgangsbereich, um direkten, entgegenkommenden Kontakt zwischen den Mitgliedern zu vermeiden, sowie entsprechende Bodenmarkierungen.

Zutritt exakt 5 Minuten vor Unterrichtsbeginn.

Bei Räumlichkeiten wo nur ein Eingang ist, müssen die Schüler vor dem Eingang mit Sicherheitsabstand von 1,5 m warten bis der Lehrer sie einlässt.

Die Eingangstür wird 10 Minuten nach Unterrichtsbeginn zugemacht.

Blatt 4

Was muss der Kunde ab sofort beachten.

Anmeldung:

Für die Teilnahme an den Kursen ist die vorherige Anmeldung auf der Homepage erforderlich (www.karate-hegau.de/startseite/)

Wir haben eine begrenzte Teilnehmer Zahl.

Wer sich nicht angemeldet hat, kann am Unterricht nicht mitmachen.

Vor dem Training:

- Beim Betreten der Sportanlage ist Mund und Nasenmaske zu tragen.
- Während des Trainings muss keine Maske getragen werden.
- Einlass ist 5 Min. vor Trainingsbeginn.
- Schuhe ausziehen und in die Tasche oder Mitgebrachte Tüte legen.
- Warteschlangen und Ansammlungen vor der Sportanlage sind zu vermeiden.
- Laufwege sind gekennzeichnet.
- In Trainingsbekleidung kommen.
- Hygiene und Desinfektionsmaßnahmen müssen eingehalten werden.
- Desinfektionsmittel für Hände sind vorhanden und müssen verwendet werden nach Eintritt.
- Bitte nur Gesund kommen. Wenn ein Familienmitglied erkrankt ist, darf der Trainierende nicht in Training kommen.
- Duschen und Umkleide sind verschlossen.

Während des Trainings

- Kein Aufenthalt in der Sportanlage vor den Kursen.
- Der Unterricht geht immer 45 Min.
- Immer den Mindestabstand von 1,5 m einhalten.
- Trainingsgeräte nach jedem Gebrauch desinfizieren.
- Aufenthalt von Zuschauern/innen und Eltern sind nicht erlaubt.
- Essen und Trinkflaschen sind nicht erlaubt.

Nach dem Training

- Nach den Kursen auf direktem Weg die Sportanlage verlassen.
- Desinfektionsmittel steht am Ausgang.
- Mindestabstand von 1.5 m immer einhalten.

Blatt 5

Brief an die Mitglieder.

Wiederaufnahme des Unterrichts nach dem Corona-Lockdown

Maßnahmen für einen Unterricht:

- klare Wegeführung: Haupteingang = Eingang , hinterer Eingang = Ausgang
- Maskenpflicht bis zum Betreten der Matte
- jedem Schüler wird ein Platz zugewiesen, auf diesem er die ganze Unterrichtszeit bleibt
- Unterrichtszeit beträgt 45 Minuten bei den Minis, Kids, Schüler und Teens
- Anzahl der Teilnehmer beschränkt
- Sanitäre Anlagen (Toiletten/Waschbecken) werden regelmäßig desinfiziert
- Umkleiden bleiben zunächst geschlossen, die Mitglieder müssen in Sportkleidung kommen
- Trinken (auch Trinkflaschen) und Essen ist nicht gestattet
- Karatelehrer benützt ein Headset, damit er nicht so laut reden muss
- Karatelehrer gibt nur verbal Anweisungen und Korrekturen – kein Körperkontakt
- Unterrichtsmaterialien werden nur von einer Person genutzt und nach dem Unterricht desinfiziert.

Einleitende Worte vor dem Unterricht:

- Begrüßung:**
- Schön, dass wir wieder gemeinsam Karate / Kickboxen ausüben dürfen
 - Vielen Dank an alle, die uns in der schwierigen Zeit unterstützt haben, so dass es jetzt wieder weitergehen kann.

Die Corona-Virus-Verbreitung ist noch nicht abgeschlossen, wir müssen uns weiterhin an bestimmte Regeln halten.

Wir bitten alle, ausnahmslos alle, sich an diese Regeln zu halten. Damit unser Unterricht nicht in Gefahr gebracht wird, bestehen wir auf das Einhalten in den Räumlichkeiten der Kampfkunstschule.

1. Abstand zueinander halten
2. Maske bis zum Betreten der Matte tragen
3. Beim Hereinkommen Hände waschen oder desinfizieren
4. die Umkleiden dürfen nicht genutzt werden
5. Die Vorgezeichneten Wege einhalten (Haupteingang = Eingang, Hinterer Eingang = Ausgang)
6. alle bleiben auf ihrer zugewiesenen Matte
7. Trinken und Essen ist nicht gestattet
8. Hände aus dem Gesicht lassen, es sich ggb. auch sagen lassen
9. Unterrichtsmaterialien werden vom Karate-Team nach dem Unterricht desinfiziert
10. Angesichts der langen Pause, wird vorgeschrieben während des Unterrichts Spaß zu haben ;-)

Abschließend: Wir bitten nochmals alle, die Regeln zu befolgen und auf einander Rücksicht zu nehmen.

