

# **Maßnahmen zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes und gleichzeitiger Eindämmung von Covid19**

Die Trainingsgruppen werden reduziert und aufgeteilt. Es werden maximal 10 Kinder mit 1-2 Trainern in der Halle anwesend sein.  
In der Bambinigruppe werden nur 5 Kinder mit je einer Begleitperson sein.

Das Training wird kontaktfrei mit einem Abstand zwischen den Sporttreibenden von 2 Metern durchgeführt (d.h. es wird auf die bisherigen Kumiteübungen/ Partnerübungen verzichtet!). Dieser Abstand wird während des gesamten Trainings eingehalten und wird durch Boden- bzw. Positionsmarkierungen gekennzeichnet sein.

Die Trainingsbelastung wird nur im unteren und mittleren Bereich liegen, damit eine zu hohe Atemfrequenz vermieden wird. Bei der Aufstellung der Trainierenden werden alle Teilnehmer nebeneinander und nicht hintereinander stehen.

## **Zur Vor- und Nachbereitung sowie Durchführung des Trainingsbetriebs gelten folgende Detailregelungen:**

- Personen mit Grippesymptomen, insbesondere Husten und Fieber, ist das Betreten des Schulgeländes und der Sporthalle verboten.
- Die allgemeinen Regeln zur Hust- und Niesetikette werden befolgt.
- Jede/r Teilnehmer/in wird zum Training schon in Sportkleidung erscheinen, um einen unkontrollierten Kontakt in den Umkleieräumen zu vermeiden (die Umkleieräume werden geschlossen sein, eine Toilette steht für den Notfall zur Verfügung) und bringt ein entsprechendes Handtuch mit, um eine Schweißübertragung während des Trainings auf den Boden- bzw. auf Gegenstände und damit auf andere Personen zu vermeiden.
- Beim Betreten der Sporthalle ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.
- Schon vor der Trainingsstätte wird eine Reihe der Teilnehmer mit dem o.g. Abstand zueinander gebildet und nacheinander eingetreten/ aufgestellt. Die Folgegruppe betritt die Trainingsstätte erst, wenn die vorherige Gruppe das Gebäude verlassen hat (notwendige Übergangszeiten werden berücksichtigt und die Trainingszeiten angepasst!).
- Es wird einzeln eingetreten und in den abgetrennten Bereichen zuerst die Hände desinfiziert, dann in die Anwesenheitsliste eingetragen und infolge die Straßenschuhe gegen Hallenschuhe getauscht und abgestellt. Nacheinander wird die Halle betreten und der jeweilige abgetrennte, zugewiesene Platz eingenommen.

- Abklatschen, Umarmen, Handgeben und jede Form von Begrüßungs-, Verabschiedungs- und Jubelritualen mit Körperkontakt sind nicht gestattet.
- In der Bambinigruppe ist maximal eine Begleitperson gestattet, welche den Sitzplatz am Ende des eingeteilten Bereiches einnimmt. Für diese Begleitperson gelten die selben Abstands- und Hygieneregeln wie oben beschrieben (inkl. Hallenschuhen)

In allen anderen Gruppen sind keine Begleitpersonen gestattet!

- die Kontaktdaten der anwesenden Personen (Erhebungsdatum, Zeitraum des Aufenthalts, Vorname, Nachname, Anschrift sowie, soweit vorhanden, Telefonnummer und E-Mail-Adresse) werden vom Übungsleiter erhoben, für einen Zeitraum von sechs Wochen aufbewahrt, anschließend vernichtet und der zuständigen Behörde auf Verlangen ausgehändigt; es ist zu gewährleisten, dass unbefugte Dritte keine Kenntnis erlangen; eine anderweitige Verwendung ist unzulässig.
- Zusätzlich zur Abstandsregel wird auf eine gute Frischluftzufuhr in die Trainingsstätte geachtet.
- Die Sportler erscheinen in entsprechender Trainingskleidung (nicht nur im Gi) Das Training findet nicht wie gewohnt Barfuß statt, sondern in Hallenschuhen.
- Vor und nach dem Sport gelten die allgemeinen Kontaktverbote.
- Zur An- und Abfahrt dürfen keine Fahrgemeinschaften gebildet werden.
- Nach Beendigung der Trainingseinheit verlassen die Teilnehmer ebenfalls einzeln unter Beachtung des o.g. Mindestabstandes die Trainingsstätte.
- Teilnehmer, die sich nicht an die Regeln halten, werden verwarnet und im Wiederholungsfall ausgeschlossen.

KSV Yakushima Rendsburg e.V.  
Gerrit Kleinschmidt (1. Vors.)



Blöcken 30  
24811 Owschlag  
[gerrit.kleinschmidt@yakushima-rendsburg.de](mailto:gerrit.kleinschmidt@yakushima-rendsburg.de)  
0173-2401785