

Rahmenbedingungen – Trainingsbetrieb ab 06.06.2020

Ab dem 6. Juni 2020 ist der Trainingsbetrieb in allen Sportarten unter Einhaltung von vereinspezifischen Schutzkonzepten wieder zulässig. Bei Sportaktivitäten, in denen ein dauernder enger Körperkontakt erforderlich ist, müssen die Trainings so gestaltet werden, dass sie ausschliesslich in beständigen Gruppen stattfinden mit Führung einer entsprechenden Präsenzliste.

Folgende fünf Grundsätze müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

1. Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

2. Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten des Dojos, in der Garderobe, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten. Im Training dürfen maximal 20 Personen teilnehmen und Körperkontakt ist erlaubt.

3. Gründlich Hände und Füsse waschen

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände und Füsse vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld.

4. Präsenzlisten führen

Der*die Trainingsverantwortliche führt eine Präsenzliste, in welcher auch Zuschauer*innen aufgelistet werden. Diese wird im Dojo aufgehängt. Dojobesuche ausserhalb der normalen Trainingszeiten sind via Doodle (Info von Trainer*innen) anzukündigen.

5. Dojo-/Garderobenhygiene

Nach jedem Training sind die Mattenflächen und Türklicken mit dem dafür vorgesehenen Desinfektionsspray zu Reinigen und das Dojo gründlich zu lüften. Die Trainingsgruppen sollen sich bei Trainingswechseln nicht mischen. Das heisst, das Dojo wird erst desinfiziert, wenn alle Trainingsteilnehmenden das Dojo verlassen haben und die nächsten Trainierenden treten erst nach der Dojoreinigung ein. Die Garderoben werden von maximal 4 Personen benutzt – empfohlen wird, zu Hause zu duschen. Desinfektionsmittel wird zur Verfügung gestellt.

Bei Fragen und Unklarheiten ist der*die Trainingsleiter*in zu kontaktieren