



Turn- und Sportverein  
Appen von 1947 e.V.  
Abteilung - Judo



## **Vorgaben zum Sportbetrieb ab September 2020**

### **Phase 4 – Training in der Sporthalle mit Körperkontakt für alle Judokas**

#### **1. Distanzregeln und Körperkontakt**

- Innerhalb einer Trainingsgruppe ist das Kontaktverbot während des Trainings aufgehoben und es darf mit Körperkontakt trainiert werden.

#### **2. Umkleiden und Duschen**

- Zwei Personen dürfen einen Duschaum in Sporthallen gleichzeitig nutzen.
- Die Umkleiden sind zur Nutzung für jeweils sieben-neun Personen (siehe Markierung auf den Bänken) gleichzeitig freigegeben, müssen jedoch nach einer Trainingseinheit desinfiziert werden.
- Ein Toilettenbereich darf immer nur von einer Person gleichzeitig genutzt werden. Nach der Nutzung der Toilette und des Waschbeckens sind beide zu desinfizieren.

#### **3. Hygieneregeln einhalten**

- Häufigeres Händewaschen und der Einsatz eines Mund-/Nasenschutzes können das Infektionsrisiko reduzieren.
- Nach dem Betreten der Halle werden die Hände desinfiziert/gewaschen.
- Die Fenster sind während des Trainings geöffnet.
- Nach jeder Trainingseinheit wird die Halle für 15 Minuten gelüftet.
- Der Judoanzug ist nach dem Training zu waschen.

#### **4. Angehörige von Risikogruppen besonders schützen**

- Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

#### **5. Wer darf teilnehmen**

- Mitglieder, die Symptome wie Erkältung, Husten und Fieber haben, dürfen nicht am Sportbetrieb teilnehmen!
- Sofern ein Übungsleiter diese bei einem Mitglied feststellt, ist dem Mitglied die Teilnahme zu untersagen. Einen Kontakt zur Gruppe oder anderen Mitgliedern darf es nicht geben.

- Die Teilnahme ist erst wieder ohne Symptome möglich!

## **6. Kommunikation**

- Sollte ein Fall mit Corona-Infizierung auftreten, so ist sofort der Abteilungsleiter zu informieren. Es wird dann das weitere Vorgehen geregelt.

## **7. Rahmenablauf eines Trainings**

- Vor Beginn des Trainings wird von Seiten der Übungsleiter die Halle gelüftet (Fenster und Hallentüren), die Trennwand heruntergelassen und ggf. begonnen die Mattenfläche aufzubauen.
- Die Judokas betreten die Sporthalle allein durch den Haupteingang, desinfizieren sich umgehend die Hände und gehen durch den rechten Übungsleiterraum in den rechten Hallenbereich. Vom betreten bis zum Erreichen der rechten Hallenhälfte ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.
- Es wird eine Anwesenheitsliste geführt.
- Vor dem Eintrag in die Anwesenheitsliste durch den Übungsleiter, versichert sich dieser über den Gesundheitsstand der Judokas und deren Kenntnisse über die Maßnahmen.
- Das Umziehen (falls nötig) erfolgt erst nach dem Eintrag in die Anwesenheitsliste im Hallenbereich oder in einer der Umkleidekabine, die vom Trainer bestimmt wird.
- Die Judokas helfen beim Aufbau der Matten.
- Die benutzen Sanitärbereich und Umkleidekabine werden umgehend desinfiziert.
- Die Judokas verlassen die Halle über den Notausgang.

Sollten diese Vorgaben nicht eingehalten werden, muss das Judotraining eingestellt werden.

Abteilungsleitung Judo  
Kristin Pirsig  
01.09.2020

## **Selbsterklärung**

- Ich nehme nur im gesunden Zustand am Training teil.
- Treten Symptome auf, informiere ich den Übungsleiter und die Abteilungsleitung.
- Nach dem Betreten der Halle desinfiziere ich meine Hände.
- Der Duschbereich ist nur von zwei Personen gleichzeitig nutzbar.
- Ich bin rechtzeitig zum Trainingsbeginn umgezogen an der Matte.
- Vor dem Abbau desinfiziere ich meine Hände.
- Zum betreten den Halle trage ich einen Mund-/Nasenschutz.

---

Datum

---

Unterschrift

# Erklärung für die Teilnahme meines Kindes am Judotraining ab Phase 4

- Mein Kind \_\_\_\_\_ nimmt nur im gesunden Zustand am Training teil.
- Treten Symptome auf, informiere ich den Übungsleiter und die Abteilungsleitung.
- Treten während des Trainings Symptome auf, bin ich unter folgender Nummer \_\_\_\_\_ zu erreichen und hole mein Kind sofort ab.
- Für die Anwesenheitsliste, die ggf. an das Gesundheitsamt weitergegeben werden muss, gebe ich folgende Informationen an:

Vor- und Nachname des Kindes \_\_\_\_\_

Vor- und Nachname des Erziehungsberechtigten  
\_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

- Mein Kind betritt die Sporthalle bekleidet mit einem Mund-Nasen-Schutz durch den Haupteingang und wird diese durch den Nebennotausgang verlassen.
- Mein Kind ist rechtzeitig zum Trainingsbeginn umgezogen an der Matte.
- Als Eltern dürfen wir derzeit nicht mit in die Halle.

Für den Informationsfluss Seitens der Abteilung darf folgende E-Mailadresse in dem Mailverteiler der Abteilung verbleiben/aufgenommen werden. (falls noch nicht geschehen)  
\_\_\_\_\_

Mir sind die Maßnahmen der Phase vier bekannt sind und ich erhebe keinen Einspruch gegen die getroffenen Maßnahmen.

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift eines Erziehungsberechtigten