

Hygienekonzept Abteilung Judo im TSV Freudenstadt

Nach langer Pause beginnen wir endlich wieder mit dem Trainingsbetrieb. Das dazu notwendige Hygienekonzept gilt vom 14.09.2020 an auf unbestimmte Zeit.

Grundsätzliches

- Die Personenzahl ist derzeit auf maximal 20 Personen (inklusive Trainer) beschränkt.
- Nach dem direkten Kontakt mit einer Covid-19-erkrankten Person gilt ein Trainingsverbot von 14 Tagen.
- Personen, die typische Symptome einer Corona-Infektion wie beispielsweise Geruchs- und Geschmacksstörungen, Husten, Fieber oder Halsschmerzen aufweisen, dürfen am Training nicht teilnehmen.
- Von jedem Trainingsteilnehmer sind ein Handtuch und Schlappen mitzuführen.
- Die Trainingsstätte ist – soweit möglich – regelmäßig zu belüften.
- Zuschauer sind nicht gestattet. Eltern und sonstige Angehörige, die ihre Kinder zum Training bringen oder vom Training abholen wollen, warten vor der Halle. Dabei ist der Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten.

Laufwege

- Beim Betreten und Verlassen der Halle ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.
- Zum Betreten und Verlassen der David-Fahrner-Halle werden verschiedene Wege verwendet. Der Zugang erfolgt durch den Haupteingang in der Landhausstraße, der Ausgang durch die Seitentür zwischen David-Fahrner-Halle und der Turn- und Festhalle.
- In der Kleinsporthalle beim Berufsschulzentrum konnten keine separaten Ein- und Ausgänge eingerichtet werden. Beim Betreten und Verlassen ist auf den Mindestabstand von 1,5 Metern zu achten.
- Die Laufwege sollen freigehalten werden.

Anwesenheitsliste

- Vor jedem Training füllt der Übungsleiter eine Anwesenheitsliste aus.
- In dieser Liste werden die Namen der Trainingsteilnehmer, der jeweilige Partner, das Datum, die Uhrzeit sowie der verantwortliche Trainer und seine Assistenten aufgeführt.
- Auf Verlangen werden die Daten an die zuständige Behörde übermittelt, sofern dies zur Nachverfolgung von möglichen Infektionswegen erforderlich ist.
- Die Listen werden für einen Zeitraum von vier Wochen aufbewahrt und nach Ablauf dieser Frist vernichtet.

Toilettengang

- Es darf sich jederzeit nur ein Teilnehmer auf der Toilette aufhalten.
- Nach dem Toilettengang sind die Hände gründlich zu waschen.

Umkleidekabinen und Duschen

- In der Sporthalle beim Berufsschulzentrum sind die Duschen und Umkleiden noch geschlossen. Der Judoanzug muss daher bereits zu Hause angezogen werden. Auf dem Weg zum Training ist darauf zu achten, dass der Judogi nicht verschmutzt.
- Auch in der David-Fahrner-Halle empfehlen wir dieses Vorgehen. Ansonsten gilt:
 - * Die Umkleidekabinen sind von maximal vier Personen gleichzeitig zu benutzen. Der Aufenthalt sollte so kurz wie möglich gehalten werden.
 - * Es darf nur jede zweite Dusche genutzt werden.
- Sollten die Umkleiden und Duschen in der Sporthalle beim Berufsschulzentrum geöffnet werden, müssen diese nach Gebrauch ebenfalls desinfiziert werden.

Trainingsablauf

- Nach Betreten der Halle trägt der Übungsleiter die Daten der Teilnehmer in der Anwesenheitsliste ein.
- Dem Teilnehmer wird ein fester Trainingspartner zugeteilt, mit welchem er ein Trainingspaar bildet. Bei ungerader Teilnehmerzahl ist eine Dreiergruppe möglich. Ein Wechsel während des Trainings findet nicht statt.
- Das Trainingspaar baut gemeinsam eine Mattenfläche von 3x3 oder 3x4 Metern auf.
- Handtuch, Trinkflasche und Schlappen werden direkt neben der Matte aufbewahrt.
- Am Mattenauf- und -abbau ist jeweils nur ein Trainingspaar je Mattenwagen beteiligt.
- Ein Trainingspaar betritt nur seine eigens aufgebaute Trainingsfläche.
- Nach dem Training desinfizieren die Trainingspaare ihre Matten und bauen sie anschließend ab.
- Wurden weitere Trainingsgeräte verwendet, so werden diese ebenfalls direkt nach Gebrauch desinfiziert.

Übungsleiter

- Der Übungsleiter verfügt über eine eigene Trainingsfläche, welche für alle Teilnehmer sichtbar ist (zentrale Anordnung).
- Zur Demonstration verwendet ein Übungsleiter immer denselben Partner.
- Der Übungsleiter vermeidet – soweit möglich – den Körperkontakt zu anderen Trainingsteilnehmern.

Gruppenwechsel

- Eine Gruppe darf die Halle erst betreten, wenn die vorherige Gruppe die Halle vollständig verlassen hat.
- Der Mindestabstand von 1,5 Metern soll beim Betreten und Verlassen von allen Teilnehmern eingehalten werden.
- Die Trainingsstätte ist zügig zu betreten und zu verlassen.