



Hygienekonzept

der Abteilung Kung-Fu/ Kickboxen

TG04 Limburgerhof

Aufgrund der Aktuellen Situation und der 8. Verordnung zur Bekämpfung des Covid19-Virus ist es notwendig ein Regelwerk zu erstellen welches das Abstandsgebot und die geltenden Kontaktbeschränkungen gewährleistet.

Leider kann auf Grund dieser Verordnungen nur ein eingeschränktes Training, unter folgenden Regeln stattfinden:

- die Teilnehmer stellen via Unterschrift sicher, dass sie sich mit dem Regelwerk vertraut gemacht haben, für das Kindertraining bitten wir diesbezüglich die Eltern um ihre Mithilfe
- wir begrenzen die Teilnahme auf 2 Gruppen à 12 Personen
- die Teilnehmer melden sich vorher zum Training an
- zwischen 1. Gruppe und 2. Gruppe wird eine Pause von 15 Minuten liegen um eine Begegnung zu vermeiden
- Anwesenheitsliste mit aktueller Telefonnummer wird vom aktiven Trainer geführt
- Training findet ohne Zuschauer statt
- Sanitäre Einrichtungen und Umkleiden werden nicht genutzt
- die Teilnehmer kommen umgezogen und mit Mund-Nasen-Schutz zum Training
- Sporttaschen sind nicht gestattet, lediglich eine Trinkflasche
- Teilnehmer bekommen beim Eintreffen einen festen Trainingsplatz zugewiesen
- das Training wird in einem Abstand von 3m zwischen den Teilnehmern ohne Mund-Nasen-Schutz stattfinden
- Körperkontakt und Partnerübungen sind NICHT erlaubt!
- Teilnehmer die Symptome des Virus aufweisen sind vom Training ausgeschlossen (siehe Anhang), die Trainer kontrollieren augenscheinlich vor Trainingsbeginn

Symptome des Covid-19-Virus

Häufige Symptome

Fieber

trockener Husten

Müdigkeit

Seltene Symptome

Gliederschmerzen

Halsschmerzen

Durchfall

Bindehautentzündung

Kopfschmerzen

kein Geruchs-/ Geschmackssinn

Verfärbung an Finger oder Zähen

Hautausschlag

Atembeschwerden

Kurzatmigkeit

Schmerz-/ Druckgefühl im
Brustbereich

Verlust von Sprach- oder
Bewegungsfähigkeit

Beschreibung des Trainingschemas

- die Teilnehmer nehmen die zugewiesenen Trainingsplätze unter Berücksichtigung der Abstände ein
- Die Trainer tragen die Daten der Teilnehmer in die Anwesenheitsliste ein
- Die Trainer tragen Sorge für die Einhaltung der Abstände
- das Training findet kontaktlos statt
- persönliche Habe der Teilnehmer (Trinkflasche, Mund-Nasen-Schutz, etc.) wird innerhalb der Markierung abgelegt
- die Teilnehmer verbleiben während des Trainings auf den gekennzeichneten Plätzen

Verstöße gegen diese Regelungen führen zum Ausschluss des jeweiligen Teilnehmers