

Hygiene- und Verhaltensregeln Karate

Was müssen Karatekas und Erziehungsberechtigte beachten!

-
- | | |
|------------------------|--|
| 1. Hygienevorschriften | Beachtet unbedingt alle mittlerweile hinlänglich bekannten allgemeinen Hygienevorschriften auch beim Karatetraining (Mindestabstand 1,5 m besser sind 2 m, Nießen/Husten in Armbeuge, regelmäßiges Händewaschen etc.). |
|------------------------|--|
-
- | | |
|-----------------------|---|
| 2. Krankheitssymptome | Trifft auf euch eines der folgenden Symptome zu, dürft ihr nicht am Karatetraining teilnehmen: <ol style="list-style-type: none">1. Erkältungssymptome (Husten/Schnupfen/Halsweh)2. Erhöhte Körpertemperatur/Fieber3. Durchfall4. Geruchs- oder Geschmacksverlust5. Kontakt innerhalb der letzten 14 Tage, bei denen ein Verdacht auf SARS Covid-19- Erkrankung vorliegt oder bestätigt wurde |
|-----------------------|---|
-
- | | |
|--------------|--|
| 3. RSV Halle | Die RSV Sporthalle ist weiterhin gesperrt. Das Training findet auf den Plätzen statt, diese dürfen nur zum Training betreten werden und nicht zum Aufenthalt. Umkleiden und Duschen sind geschlossen und dürfen nicht genutzt werden, Toiletten sind geöffnet. |
|--------------|--|
-
- | | |
|-------------------|--|
| 4. Räumlichkeiten | Das Sportheim ist geschlossen und darf nicht betreten werden – außer z.B. zum Besuch der Toilette und die Trainer zum Eintragen in die Trainingsliste. Dazu ist der Hintereingang zu nutzen. |
|-------------------|--|
-
- | | |
|---------------------|--|
| 5. Trainingsbetrieb | Kihon (ohne körperlichen Kontakt zu Anderen), Formenlauf Kata (Einzeln) sowie jegliches Konditionstraining kann unter Berücksichtigung des Mindestabstands durchgeführt werden. Maximal können 9 Karatekas von einem Trainer/Betreuer, aufgeteilt in zwei Kleingruppen trainiert werden. |
|---------------------|--|
-
- | | |
|-------------------|---|
| 6. Mindestabstand | Beim Weg auf den Platz und vom Platz sowie jederzeit beim Training ist sicherzustellen, dass der Mindestabstand eingehalten wird. |
|-------------------|---|
-
- | | |
|-----------------------|--|
| 7. Regenunterbrechung | Bei plötzlich einsetzendem Regen ist jeder selbst dafür verantwortlich, die Abstandsregeln einzuhalten. Ansammlungen z.B. unter dem Eingangsbereich oder Vordach Längsseite des Sportheimes sind nicht erlaubt. Notfalls ist beim Unterstellen auf den Mindestabstand zu achten (evtl. Maske aufsetzen). |
|-----------------------|--|
-
- | | |
|------------------|--|
| 8. Körperkontakt | Jeglicher Körperkontakt hat zu unterbleiben: Kein Handshake, kein Abklatschen, und keine Gruppenspiele jeglicher Art sowie Formen aus dem Aufwärmtraining, die den Mindestabstand nicht garantieren. |
|------------------|--|
-
- | | |
|-------------------------------|---|
| 9. Kinder und Begleitpersonen | Die hier genannten Regeln gelten auch für Eltern oder Begleitpersonen von Kindern. Bitte sorgt dafür, dass eure Kinder die Regeln kennen und einhalten. |
|-------------------------------|---|
-
- | | |
|----------------------|---|
| 10. Infektionsketten | Eine Infektion beim Karatetraining unter Einhaltung der o.g. Regeln ist unwahrscheinlich. Trotzdem ist es wichtig, dass im Falle einer Infektion die Infektionskette zurückverfolgt werden kann. Daher ist es wichtig, dass jeder Trainer vor Beginn des Trainings seine Trainingsgruppe in die Trainingsliste einträgt (Schreibtisch Hintereingang Sportheim). |
|----------------------|---|
-

Bitte beachtet unbedingt diese Regeln. Jeder ist selbst dafür verantwortlich, dass auf der Sportanlage die Hygiene- und Verhaltensregeln eingehalten werden.