



Muttenz, 26.06.2020

Schutzkonzept für den Karateunterricht ab dem 27. Juni 2020

Neue Rahmenbedingungen

Seit dem 6. Juni 2020 ist der Trainingsbetrieb in allen Sportarten unter Einhaltung von Schutzkonzepten wieder zulässig. Auf den 22. Juni sind weitere Anpassungen in Kraft getreten. Bei Sportaktivitäten, in denen ein dauernder enger Körperkontakt erforderlich ist, wird empfohlen, die Trainings in beständigen Gruppen stattfinden zu lassen. **Als enger Kontakt gilt dabei die längerdauernde (>15 Minuten) oder wiederholte Unterschreitung einer Distanz von 1.5 Metern ohne Schutzmassnahmen.**

Folgende **fünf Grundsätze** müssen im Dojo/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 in die Karateschule, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training und bei dem Nachhause gehen - in all diesen und ähnlichen Situationen sind **1.5 Meter Abstand strikt einzuhalten und auf das Shakehands, Abklatschen, Umarmen ist zu verzichten. Wo der Abstand nicht gewährleistet ist, muss weiterhin eine Atemschutzmaske getragen werden oder eine zweckmässige Abschrankung (z.B. Plexiglas) installiert sein.** Einzig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt in allen Sportarten wieder zulässig.

3. Einhaltung der Hygieneregeln BAG (gründlich Hände waschen/desinfizieren)

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

4. Präsenzlisten führen

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact Tracing zu vereinfachen, werden wir für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten führen.



KYÔDAI KARATE-DO MUTTENZ

Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem/der Corona-Beauftragten (Klaudija Ivetic) in vereinbarter Form zur Verfügung steht. Die Listen werden als Excel geführt.

5. Bestimmung Corona-Beauftragte/r

Jedes Dojo, welches die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs plant, muss eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. *Beim Kyôdai Karate-Do wird es Klaudija Ivetic sein. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an sie wenden Tel. +41 76 420 48 19 oder info@kyodai.ch.*

Rahmenvorgaben für den Sport ab 22. Juni 2020



KYÔDAI KARATE-DO MUTTENZ

Und hier nun eine Beschreibung/Ablauf, wie vorzugehen ist, wenn ihr ins Training kommt. An dieser Stelle möchten wir die Eltern bitten „die Kleinen“ darauf vorzubereiten und bedanken uns herzlichst dafür!

Folgende Punkte/Vorgaben müssen beachtet und befolgt werden:

- **Krankheitssymptome**

Mitglieder mit Krankheitssymptomen bleiben zu Hause und informieren den Dojoleiter, Sensei Zoran, so dass dieser die Covid-19 Verantwortliche und die Mitglieder der Trainingsgruppe informieren kann. Es erfolgt keine Meldung an die Behörden. Ist die betreffende Person infiziert erfolgt die Meldung durch den Arzt. Bei einem positiven Testergebnis entscheidet den Arzt, welche Kontaktpersonen einer infizierten Person unter Quarantäne gesetzt werden müssen resp. dann gelten die Vorgaben des Bundesamts für Gesundheit (Selbst-Isolation, usw.). Abweichende Regeln durch Behörden vorbehalten. Die Trainierenden sollen auch ihre eigenen Kontaktpersonen notieren und deren Gesundheitszustand beobachten → *Commitments, das unterschriebene Commitment hat nach wie vor seine Gültigkeit. Die neuen Commitments sind auf www.karate.ch zu finden. Diese müssen gelesen und zur Kenntnis genommen werden.*

Falls während des Trainings bei einer trainierenden Person oder auch bei einem Trainer/in Krankheitssymptome festgestellt werden, muss die Person eine Atemschutzmaske (stehen im Dojo bereit) tragen und isoliert werden. Diese Person muss rasch vom Arzt untersucht und getestet werden. Danach gilt das gleiche Prozedere, wie bereits oben erwähnt.

Falls jemand an „Heuschnupfen“ leidet und dementsprechend z.Bsp. oft niesen muss, bitten wir euch es unserem Trainerteam mitzuteilen, damit wir es dementsprechend vermerken können. Sensei Zoran leidet auch an Heuschnupfen. Somit kann es sein, dass er ab und zu mal niesen muss.

- **Anreise, Ankunft und Abreise zum Dojo/Trainingsort**

Die Mitglieder sind angehalten, wenn immer möglich die öffentlichen Verkehrsmittel zu vermeiden, individuell anzureisen. Die Anreisekoordinaten sind dem, Dojoleiter, Sensei Zoran, oder der Covid-19 Verantwortlichen, Klaudija, bekannt zu machen.

Die Eltern dürfen ihre Kinder nicht zum Unterricht begleiten und keine Räumlichkeiten des Dojos betreten. Sie müssen (unter Einhaltung aller geltenden Regeln) draussen, d.h. im Freien warten und können ihre Kinder dort wieder in Empfang nehmen → *Commitments, das unterschriebene Commitment hat nach wie vor seine Gültigkeit. Die neuen Commitments sind auf www.karate.ch zu finden. Diese müssen gelesen und zur Kenntnis genommen werden.*

- **Garderoben/Duschen/Toiletten**

Die Garderoben & Duschen werden für Kinder & Jugendliche weiterhin geschlossen bleiben, da der empfohlene Abstand von 1.5m nicht eingehalten werden kann aufgrund der Gruppengrösse und zeitlichem Aufwand. Die Erwachsenen (+18) werden Zugang zu der Garderobe haben → **höchstens 4 Personen bei den Herren und 3 Personen bei**



KYÔDAI KARATE-DO MUTTENZ

den Damen werden sich gleichzeitig in der Garderobe aufhalten können. In der Dusche höchstens 2 Personen gleichzeitig bei den Damen & Herren. Die Toiletten bleiben nach wie vor für alle Mitglieder zugänglich. Auf der Toilette ist Flüssigseife, Wegwerfpapier und Desinfektionsmittel vorhanden.

Aus diesem Grund müssen weiterhin alle Kinder & Jugendliche im Karate-Gi, Traineranzug oder allg. Sportbekleidung zum Training erscheinen.

- **Verpflegung**

Im Dojo wird auch keine Verpflegung stattfinden (Fischli, Kaffee etc.). Ihr müsst eure eigene Trinkflasche dabei haben und diese müsst ihr auch wieder mitnehmen.

- **Trainings**

Die Trainings werden in beständigen Gruppen stattfinden. Die Gruppeneinteilungen sind allen bereits bekannt. Die Wechselzeit zwischen den jeweiligen Trainings beträgt neu 15 Minuten (alt 30 Minuten).

- **Renigung Dojo/Räumlichkeiten**

Die Räumlichkeiten werden entsprechend normal gereinigt. Es sind keine ausserordentlichen Reinigungsmassnahmen und Desinfektionen mehr notwendig. Das Dojo wird regelmässig gelüftet resp. die grossen Fenster/Schiebetüren bleiben während der gesamten Trainingsdauer, wenn immer möglich, die ganze Zeit offen.

Beim Ablauf wird sich nichts ändern:

1. Du kommst vor dem Dojo an, die Kinder verabschieden sich von den Eltern/Grosseltern etc.; stehst in einer Reihe auf der weiss markierten Linie (1.5m Abstand) und wartest bis du vor der Eingangstür angekommen bist.





KYÔDAI KARATE-DO MUTTENZ

2. Sensei/Sempei steht vor der Eingangstür mit einer Präsenzliste und teilt dir mit in welchem Dojo du trainieren wirst (Dojo 1, Dojo 2 oder Dojo 3). Die Flächen/Dojos sind gekennzeichnet.
3. Danach betrittst du den Eingangsbereich, ziehst deine Schuhe aus und stehst hier auch wieder in einer Reihe/auf der Treppe auf der rot markierten Linie bis du bei der Desinfektionsstation angekommen bist.



4. Nun werden die Hände unter Aufsicht einer Person ca. 20-30 Sekunden vor Ort desinfiziert. Bei den Jugendlichen & Erwachsenen ist eine Aufsicht nicht notwendig, da wir davon ausgehen, dass es funktionieren wird/muss.



5. Dann begibst du dich auf die zugeteilte Trainingsfläche und wartest im markierten Feld, welches mit einer Zahl gekennzeichnet ist, Bsp. 1 - 10. Du darfst dir aussuchen auf welchem Feld du trainieren möchtest. Während der Trainingsdauer wird das Feld nicht mehr gewechselt, ausser bei den Übungen mit Körperkontakt.

Dojo 1



Dojo 2



Dojo 3





KYÔDAI KARATE-DO MUTTENZ

Nun stehen alle auf den zugeteilten/ausgewählten Trainingsfeldern.

Sensei Zoran macht nochmals einen Rundgang um zu sehen ob du auch im richtigen Dojo bist → dieses Vorgehen wird bei den Kindern gemacht. Bei den Jugendlichen & Erwachsenen ist es nicht notwendig, da wir davon ausgehen, dass es funktionieren wird/muss.

Danach wird die Präsenzliste der Covid-19 Verantwortlichen übergeben.

6. Das Training kann nun beginnen → ohne Seiza (begrüsst wird im Stehen) und ohne Kiai (Kampfschrei).

Falls du während des Trainings oder auch sonst auf die Toilette musst, dann bitte beim Sensei/Sempei melden und in einer Reihe auf der rot markierten Linie (1.5m Abstand) warten bis ihr die Toilette betreten könnt. Nach dem Toilettengang müssen die Hände gründlich gewaschen werden.



7. Sobald das Training beendet ist, begibst du dich in Richtung Desinfektionsstation.
8. Die Hände werden nochmals unter Aufsicht einer Person desinfiziert. Bei den Jugendlichen & Erwachsenen ist es nicht notwendig, da wir davon ausgehen, dass es funktionieren wird/muss.
9. Dann geht es unter Einhaltung des Abstandes zum Eingangsbereich, wo du dir deine Schuhe wieder anziehst. Wenn sich jemand vor dir bereits die Schuhe anzieht und du den Abstand nicht einhalten kannst, wartest du mit entsprechendem Abstand bis der Bereich frei ist.
10. Und danach verlässt du das Dojo und gehst nach Hause (auf die Kleinen warten die Eltern, Grosseltern etc. draussen).



KYÔDAI KARATE-DO MUTTENZ

Dojo Raumkonzept/Trainingskonzept

Die Trainings werden „neu“ auch mit Körperkontakt-Übungen in beständigen Gruppen stattfinden. Wer aber weiterhin auf Körperkontakt bewusst verzichten möchte, muss dies im Sensei Zoran bitte schriftlich mitteilen. Diese Personen bekommen ein Trainingsfeld fix zugeteilt.

Alle Trainerinnen/Trainer (Sensei/Senpei) werden während des Trainings weiterhin Atemschutzmasken tragen. Die Masken werden getragen, wenn es zu einem engen Kontakt zwischen dem jeweiligen Mitglied und dem Sensei/Senpei, kommt resp. kommen muss. Wenn der Abstand von 1.5m garantiert werden kann, muss keine Atemschutzmaske getragen werden. **Grund: das Trainerteam unterrichtet in unterschiedlichen Gruppen, d.h. nicht in beständigen Gruppen.** Und wenn die Trainer & Trainerinnen selber in einer Gruppe trainieren, darf es zu keiner Vermischung mit den anderen Mitgliedern „bei der Ausführung von Übungen mit Körperkontakt“ kommen.

Beispiel:

Valentina & Shawney

Isabel & Nico

Wenn diese 4 Personen ihr eigenes Training absolvieren, müssen die jeweiligen Körperkontaktübungen zwischen ihnen stattfinden → Isabel mit Nico resp. Valentina mit Shawney. Für das Kumite-Wettkampftraining gelten dieselben Regeln. Hier werden die Trainingspartner vom Sensei Zoran bestimmt.

1. Das Training findet weiterhin in einem markierten Trainingsfeld statt
2. Die Felder sind neu → 9m² / 10m² / knapp 9.5m² gross, je nachdem in welchem Dojo trainiert wird. Unten ist die Feld-Grösse bildlich zu sehen
3. Während der Trainingsdauer wird das Feld nicht gewechselt, ausser wenn es zu den Übungen mit Körperkontakt kommt

Dojo 1 → Trainingsfeld für eine Person 9 m² → total 20 Trainingsfelder





KYÔDAI KARATE-DO MUTTENZ

Dojo 2 → Trainingsfeld für eine Person 10m² → total 4 Trainingsfelder



Dojo 3 → Trainingsfeld für eine Person knapp 9.5m² → total 8 Trainingsfelder



Dieses Konzept ist bis auf Weiteres gültig. Anpassungen/Änderungen können aufgrund von neuen Erkenntnissen/Vorgaben/Massnahmen etc. jederzeit erfolgen. Auch sehr kurzfristige Anpassungen/Änderungen sind möglich.

Kontaktadresse für Rückfragen:

Klaudija Ivetic

Dojo Verantwortliche Covid-19

info@kyodai.ch

076 420 48 19

Kyôdai GmbH
Kyôdai Karate-Do Muttenz
Zoran Ivetic
Frohburgerstrasse 11, 4132 Muttenz
++41 79 322 58 71
www.kyodai.ch, info@kyodai.ch

Basellandschaftliche Kantonalbank
4410 Liestal
IBAN CH53 0076 9430 6363 3200 2
Konto 40-44-0