

Konzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs

1. Zweck und Ziel

Nach Maßgabe des Bundes und der Länder darf der Sportbetrieb im Leistungs- und Breitensport unter Einhaltung von Schutzbestimmungen wieder aufgenommen werden.

Durch dieses Konzept sollen, unter Berücksichtigung der Empfehlungen des Landessportbundes, des Deutschen Karateverbandes und des Karate Dachverbandes Nordrhein-Westfalen, ein reibungsloser Trainingsbetrieb und der Gesundheitsschutz in Einklang gebracht werden

2. Trainingsgruppen

Da zur Zeit nicht eingeschätzt werden kann, ob und inwieweit das geplante Konzept umsetzbar ist, wird der Trainingsbetrieb zunächst nur mit einzelnen Gruppen aufgenommen:

Dienstag	20:00 bis 21:30	Erwachsene (Breitensport)
Mittwoch	18:00 bis 19:00	Wettkampf Kata
	19:00 bis 20:00	Wettkampf Kumite
Donnerstag	19:00 bis 20:00	Wettkampf Kata
	20:00 bis 21:00	Jugend und Erwachsene (Breit.Sport) Wettkampf Kumite

Wann der Trainingsbetrieb mit den anderen (insbesondere Kinder-)gruppen aufgenommen wird, hängt davon ab, wie problemlos sich das Konzept in den o.g. Gruppen umsetzen lässt und ob die Hallen wieder genutzt werden können.

3. Vor dem Training

Vor dem Training sind folgende Besonderheiten zu beachten:

- Die Teilnehmer reisen einzeln (haushaltsweise) in Sportbekleidung an (Karate-Anzüge sind nicht erforderlich, einfache Sportkleidung reicht aus)
- Das Training findet mit Sportschuhen (oder rutschfesten Socken) statt, Barfußtraining ist nicht erlaubt!
- Jeder Teilnehmende bringt seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporeinheit mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich gekennzeichnet und werden stets in ausreichendem Abstand zu den persönlichen Gegenständen der anderen Teilnehmenden abgelegt. Gleiches gilt für eigene Matten oder Sportgeräte.
- Auch beim Eintreten in die Sportfläche oder bei Begrüßungen ist der Sicherheitsabstand einzuhalten
- Vor dem Eintreten und beim Verlassen der Halle ist ein Mund-Nase-Schutz zu tragen
- Die Teilnahme am Training ist nur möglich, wenn
 - o keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome bestehen

- für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer infizierten Person bestand
- vor und nach der Sporeinheit ein Mund-Nasen-Schutz getragen wird
- die Hygienemaßnahmen (Abstand halten, regelmäßiges Waschen und Desinfizieren der Hände) eingehalten werden
- Die Teilnehmer melden sich beim Übungsleiter, dieser führt eine Namensliste um Infektionsketten nachzuvollziehen
- Minderjährige Kinder müssen die Einverständniserklärung des TuS Erkrath von den Eltern unterschrieben mitbringen
- Um den Teilnehmerkreis zu reduzieren, sind „Schnupperstunden“ für Nicht-Mitglieder zunächst bis zu den Sommerferien nicht möglich

4. Beim Training

Während der Übungsstunden sind folgende Maßnahmen zu beachten:

- Die Trainer(innen) gewährleisten, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern während der gesamten Sporeinheit eingehalten wird
- Bei Einheiten mit hoher Bewegungsaktivität (insb. Kata) sollte der Mindestabstand vergrößert werden (Richtwert: 4-5 Meter nebeneinander bei Bewegung in die gleiche Richtung)
- Der Mund-Nasen-Schutz kann während der Sporeinheit abgelegt werden. Für den Fall einer Verletzung muss der Mund-Nasen-Schutz jedoch immer in Reichweite aller Teilnehmenden sein
- Sämtliche Körperkontakte müssen während der Sporeinheit unterbleiben (daher erfolgt bis auf Weiteres kein Kumite-Training – Ausnahme hiervon sind Personen, die in einem Haushalt leben)
- Es werden keine Speisen oder Getränke ausgegeben
- Lautes Sprechen, Rufen und Brüllen ist zu vermeiden, daher sollte in den Hallen auf ein „Kiai“ verzichtet werden
- Es werden keine Geräte oder Hilfsmittel (Pratzen o.ä.) genutzt
- Wenn sich Teilnehmende während der Sporeinheit entfernen, muss dies unter Einhaltung der Abstandsregel und durch Abmelden. Dies gilt auch für das Aufsuchen der Sanitäranlagen
- Beim Aufsuchen von Sanitäranlagen ist ein Mundschutz zu tragen
- Gästen und Zuschauer(innen) ist der Zutritt zur Sportstätte nicht gestattet. Kinder unter 12 Jahren dürfen durch eine Person begleitet werden
- Begleitpersonen dürfen sich nach Möglichkeit nicht in der Sportanlage aufhalten

5. Nach dem Training:

Nach dem Training und beim Verlassen der Anlagen sind folgende Besonderheiten zu beachten:

- Alle Teilnehmenden verlassen die Sportanlage unmittelbar nach Ende der Sporeinheit unter Einhaltung der Abstandsregeln
- Nach Beendigung des Angebotes muss der Mund-Nasen-Schutz wieder angelegt werden

- Trainer(innen) reinigen und desinfizieren sämtliche genutzten Sportgeräte (Nutzung von Einmalhandschuhen wird empfohlen)
- Die Kontakte unter den Trainer(innen) werden auf ein Mindestmaß reduziert und dokumentiert; Abstands- und Hygieneregeln sind einzuhalten

6. Besonderheiten zur Hallennutzung

Sollte die Nutzung der Sporthallen wieder möglich sein, sind folgende allgemeine Besonderheiten zu beachten:

- Die Umkleide- und Duschräume können nicht genutzt werden
- Die Hallen sind ausreichen zu belüften
- Die Geräteräume dürfen nur von den Trainer(innen) betreten werden
- Sollten Gruppen nacheinander Trainieren, darf die kommende Gruppe die Halle erst betreten, wenn die gehende Gruppe die Halle vollständig verlassen hat
- Vor dem Betreten der Halle sind die Hände zu desinfizieren

Folgende Besonderheiten sind in den einzelnen Hallen zu beachten:

Hölderlinstraße (Johannesschule)

- Die oberen Seitenfenster sind vor dem Trainingsbeginn zu öffnen
- Soweit durch die Stadt zugelassen, sollte der Notausgang und die Eingangstür aufgesperrt bleiben, um einen Durchzug zu erzeugen
- Nach dem Training ist sicherzustellen, dass alle Türen und Fenster fest verschlossen sind

Rathelbecker Weg (Friedrich-Fröbel Schule)

- Die oberen Seitenfenster sind vor dem Trainingsbeginn zu öffnen
- Soweit durch die Stadt zugelassen, sollte der Notausgang und die Eingangstür aufgesperrt bleiben, um einen Durchzug zu erzeugen
- Nach dem Training ist sicherzustellen, dass alle Türen und Fenster fest verschlossen sind

Falkenstraße

- Die oberen Seitenfenster sind vor dem Trainingsbeginn zu öffnen
- Soweit durch die Stadt zugelassen, sollte der Notausgang und die Seitentür an der Treppe aufgesperrt bleiben, um einen Durchzug zu erzeugen
- Nach dem Training ist sicherzustellen, dass alle Türen und Fenster fest verschlossen sind
- Die Sporttaschen sind mit in die Halle zu nehmen, der Lehrerraum kann nicht für die Lagerung der persönlichen Gegenstände genutzt werden

Sollten Teilnehmer die Maßnahmen, insbesondere Anweisungen der Trainer(innen), vorsätzlich missachten, können Sie vom Training ausgeschlossen werden