

Kampfsportzentrum Taekwondo-Schule Riehen

Übergeordnete Sicherheitsmassnahmen

Diese Richtlinien gelten für den Trainingsbetrieb der **Taekwondo-Schule Riehen ab dem 11.05.2020** auf Grund der verbindlichen Richtlinien des Bundesamt für Gesundheit (BAG)

1. Es trainieren jeweils nur max. 5 Personen gleichzeitig pro gekennzeichnete Fläche. Die Gruppenplanung ist verbindlich. Der Zutritt erfolgt Einzel.
2. Trainierende kommen 5-10 Minuten vor Beginn so angezogen in die Kampfkunstschule, dass sie nur noch Schuhe und Oberbekleidung (Trainingsanzug) deponieren müssen.
3. Zu früh Eintreffende warten ausserhalb Des Dojang unter Wahrung der Distanzregeln bis der Tröpfchenweise Eintritt freigegeben wird.
4. Die anwesenden Instruktoren sorgen auf der Trainingsfläche dafür, dass die 2 m Distanz eingehalten werden.
5. Bei Übungsinstruktionen muss jeglicher Körperkontakt vermieden werden.
6. Nach Beendigung des Trainings ist das Areal des Dojang unverzüglich zu verlassen.
7. Jeder bringt sein eigenes **Desinfektionsmittel** mit und desinfiziert bei Ankunft und beim Verlassen des Dojang Hände und Füsse (sofern nicht mit Hallenturnschuhen trainiert wird).
8. Eltern warten ausserhalb des Dojang auf ihre Kinder und halten untereinander die behördlichen Mindestabstände ein.
9. Bei Ankunft und beim Verlassen des Dojang sind Grüppchenbildung und Massierungen strikte zu vermeiden.
10. Im Training werden nur individuelle Techniken geübt werden, keine Partnerübungen und keine Übungen mit Körperkontakt.
11. Alle Trainierende entsorgen ihren Abfall zu Hause.
12. Es ist verboten im Dojang zu Essen.

Kampfsportzentrum Taekwondo-Schule Riehen

Hinweis!

**Sollten Sie Symptome wie:
Fieber, Kopfschmerzen, Halsschmerzen, Atembeschwerden aufweisen,
ist die Teilnahme am Training nicht möglich!**

Trainingslektionen

Die geplanten und verbindlichen Zeiten sind zwingend einzuhalten.
Zwischen den Gruppen herrscht eine 15 minütige Pause für den gestaffelten Wechsel.

In den Garderoben

Die Garderoben sind vorübergehend für alle Trainierenden geschlossen.

Reinigung

Türgriffe und Handläufe werden durch den Betreiber mehrmals täglich desinfiziert.

Die WC-Anlagen und die Trainingsfläche werden durch den Betreiber täglich gereinigt.

Riehen im Mai 2020, Taekwondo-Schule Riehen, Daniel Liederer

Neues Coronavirus
SO SCHÜTZEN WIR UNS.

Aktualisiert am 28.4.2020

- Abstand halten.** (Icon: two people with arrows between them)
- Empfehlung: Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.** (Icon: two people wearing masks)
- Falls möglich weiter im Homeoffice arbeiten.** (Icon: laptop)

WEITERHIN WICHTIG:

- Gründlich Hände waschen.** (Icon: hands being washed)
- Hände schütteln vermeiden.** (Icon: hands shaking with a red X)
- In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.** (Icon: person coughing into elbow)
- Bei Symptomen zuhause bleiben.** (Icon: house)
- Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.** (Icon: stethoscope)

www.bag-coronavirus.ch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP

Covid-19 Schutzmassnahmen - Empfehlungen für Dojang (Gültig ab 11.05.2020)

Ausgangslage:

- Der Bundesrat hat per Notrecht Massnahmen verordnet.
- Es gilt die COVID-19-Verordnung vom 16.03.2020
- Gruppen von mehr als fünf Personen sind verboten und werden durch die Polizei gebüsst.
- Mindestabstand 2-Meter.
- Hygienevorschriften des BAG

Ziele Swiss Taekwondo:

- Regeln, Prozesse und Anweisungen entsprechen den behördlichen Anforderungen (es können Polizeikontrollen stattfinden).
- Die Message an die Öffentlichkeit ist klar: «Wir sind und bleiben solidarisch, wir halten uns strikte an die Vorgaben und wir wollen keine Sonderregelung». Wir verhalten uns vorbildlich, denn dies dient Taekwondo.
- Für Dojang: Klare, einfache Regeln, klare Prozesse, pragmatische und günstige Lösungen.
- Für die Taekwondoin: Klare, einfache Regeln und Prozesse. Diese geben Sicherheit. Jeder Sportler weiss, was er machen darf und was nicht.
- Taekwondo Instruktoeren können wieder ihrem Beruf nachgehen.

Verantwortlichkeit:

Swiss Taekwondo kann die Massnahmen nur empfehlen. Die Verantwortung und Umsetzung liegt bei den Instruktoeren und Trainern und ihren Dojang.

Swiss Taekwondo zählt auf die Solidarität und Selbstverantwortung aller!

Empfehlung für Dojang

Geöffnet: Trainingsraum und WCs,
Geschlossen: Sitzgruppen und Getränke-Automaten, Zuschauerecken, Garderoben (Duschen), weitere Räume im Dojang

Zusammenfassung übergeordneter Grundsätze

- Einhaltung der Hygieneregeln des BAG.
- Social-Distancing (2 m Mindestabstand zwischen allen Personen; 10 m² pro Person; kein Körperkontakt)
- Maximale Gruppengrösse von fünf (Erwachsenen) Personen gemäss aktueller behördlicher Vorgabe. Wenn möglich gleiche Gruppenzusammensetzung und Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
- Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben des BAG beachten

Vorgaben für Unterricht/Training

- Der Boden des Dojang wird regelmässig mit einem geeigneten Mittel desinfiziert
- Es dürfen sich nur die maximal zulässige Anzahl Personen im Dojang aufhalten. Der Trainingsplan soll so gestaltet werden, dass pro Lektion jeweils nur eine definierte Personengruppe (Alter, Graduierung) aufgeboten ist.
- Trainierende kommen 5-10 Minuten vor Beginn so angezogen in den Dojang, dass sie nur noch Schuhe und Oberbekleidung (Trainingsanzug) deponieren müssen. Sie betreten den Dojang erst, wenn die Vorgruppe diesen verlassen hat.
- Zu früh Eintreffende warten ausserhalb des Dojang unter Wahrung der Distanzregeln bis der Tröpfchenweise Eintritt freigegeben wird
- Jeder bringt sein eigenes Desinfektionsmittel mit und desinfiziert bei Ankunft und beim Verlassen des Dojang Hände und Füsse (sofern nicht mit Hallenturnschuhen trainiert wird)
- Bei Ankunft und beim Verlassen des Dojang sind Grüppchenbildung und Massierungen strikte zu vermeiden
- Eltern warten ausserhalb des Dojang auf ihre Kinder und halten untereinander die behördlichen Mindestabstände ein
- Nach Beendigung des Trainings ist das Areal des Dojang unverzüglich zu verlassen
- Abfalleimer im Trainingsraum sind geschlossen, jeder nimmt seinen Abfall nach Hause zur Entsorgung
- Der Dojang benennt einen Covid-19-Beauftragten zur Sicherstellung aller Vorgaben
- Im Training dürfen nur individuelle Techniken geübt werden, keine Partnerübungen und keine Übungen mit Körperkontakt
- Athleten und Trainer mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Sie rufen ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen. Die Trainingsgruppe ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.

Begleitende Massnahmen

- Wasserleitungen sind mindestens zu Beginn der Wiederaufnahme gut zu spülen
- Bei den WC-Lavabos sind geeignete Seifendispenser und Einweg-Papierservietten zum Händetrocknen bereitzustellen, gebrauchte Papierservietten sind in einem Abfalleimer mit Deckel direkt zu entsorgen
- In der Reserve muss ein Dispenser mit Desinfektionsmittel bereitgehalten werden
- Zur Überwachung der Reinigung durch Dritte sollte ein Plan mit Visum eingesetzt werden
- Grössere Räume sind in Teilräume von ca. 50 m² zu unterteilen (Absperrband, Pylonen oder ähnliches), so dass pro 5er-Gruppe je eine dedizierte Fläche zur Verfügung gestellt wird. Fall die Teilräume kleiner als 50 m², reduziert sich die darauf trainierende Gruppe entsprechend.

Besonderes

- Vereine/Schulen, die in Räumlichkeiten dritter (öffentliche Sporthallen, Untermiete, Sportcenter) trainieren, befolgen die COVIT-19 Regeln des Betreibers prioritär

Information

- Jeder Dojangleiter informiert seine Schüler bei Wiederaufnahme der Trainings über diese Vorgaben
- Das Verhaltensblatt des BAG soll gut sichtbar aufgehängt werden

Dieses Schutzkonzept wurde vom BASPO geprüft und am 02.05.2020 genehmigt. Ab 11.05.2020 kann kontaktloses Training in kleinen Gruppen angeboten werden, wenn ein individuelles Schutzkonzept vorliegt. Dieses Rahmenkonzept wird bei neuen Beschlüssen entsprechend angepasst.

Swiss Taekwondo
Executive Board

01.05.2020/tkl

SO SCHÜTZEN WIR UNS.



Abstand halten.



Empfehlung: Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.



Falls möglich weiter im Homeoffice arbeiten.



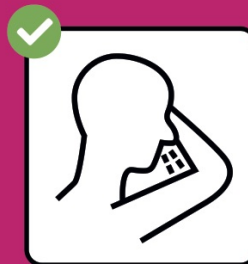
WEITERHIN WICHTIG:



Gründlich
Hände waschen.



Hände schütteln
vermeiden.



In Taschentuch oder
Armbeuge husten
und niesen.



Bei Symptomen
zuhause bleiben.



Nur nach telefoni-
scher Anmeldung
in Arztpraxis oder
Notfallstation.

www.bag-coronavirus.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP



Scan for translation