



KARATE ALLSCHWIL:

Corona-Trainingsschutzkonzept N° 3

1. Inhaltsverzeichnis

1. Inhaltsverzeichnis	1
2. Ziel	1
3. Informationsbeschaffung – was MUSS ich wissen?	1
4. Fünf Grundsätze müssen nun zwingend eingehalten werden	2
5. Mitgeltende Dokumente – woher kommen diese Regeln?	2
6. Wann geht es mit dem weiter gelockerten Training los?	2
7. Wer darf trainieren?	3
8. Wie melde ich mich an?	3
9. Was soll ich mitnehmen?	3
10. Verhaltensregeln – was darf ich und was nicht?	4
11. Raumkonzept – wie ist der Zugang gesichert?	5
12. Zeitplan-Gesamtübersicht: 08. Juni bis 06. August 2020	6

2. Ziel

Eine schrittweise Normalisierung des Karate-Trainings.

3. Informationsbeschaffung – was MUSS ich wissen?

Jedes Mitglied informiert sich **eigenständig** über die aktuellen Verordnungen und Massnahmen der BAG zur Bekämpfung bzw. zur Minimierung des Übertragungsrisikos des Coronavirus. Auf der Homepage der Swiss Karate Federation (SKF), Bundesamtes für Gesundheit (BAG) sowie auch der **swiss-olympic**, sind alle relevanten Dokumenten aufgeschaltet:

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home.html>

<http://www.karate.ch/verband/coronavirus/downloads/>

<https://www.swissolympic.ch/ueber-swiss-olympic/news-medien/Fokus-Coronavirus.html>



4. Fünf Grundsätze müssen nun zwingend eingehalten werden

→ Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen **nicht** am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie verhalten sich wie von der **BAG vorgeschrieben**.

→ Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind, wenn immer möglich, **1.5 Meter Abstand** einzuhalten. **Wo dieser Abstand nicht gewährleistet werden kann, wird empfohlen eine Gesichtsmaske zu tragen.** Auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten. Einzig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt in allen Sportarten wieder zulässig.

→ Gründlich Hände waschen

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.**

→ Präsenzlisten führen

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

→ Bestimmung Corona-Beauftragter

Bei unserem Betrieb ist der **Corona-Beauftragter** Giovanni Maltese. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn wenden (Tel. +41 79 910 46 88 oder karatebasilisk@gmail.com)

→ Besondere Bestimmungen

Die Teilnehmer sollten sich erst **5 Minuten** vor dem Trainingsstart im Dojo befinden, damit die anderen Teilnehmer die Räumlichkeit verlassen können.

5. Mitgeltende Dokumente – woher kommen diese Regeln?

Dieses Schutzkonzept wurde unter Berücksichtigung folgender Dokumente zusammengestellt:

- Verordnung 3 über Massnahmen zur Bekämpfung des Coronavirus (COVID-19), vom 19.06.2020
- Standardkonzept Trainingsbetrieb Swiss Olympic
- SKF Corona EXIT-Konzept 03 DE ab den 25.06.2020, Swiss Karate Federation SKF und **Partnerorganisation Krav Maga Self Protect (KMS)**

6. Wann geht es mit dem weiter gelockerten Training los?

Start:

Dienstag, den 30. Juni 2020

Zeit:

gemäss Doodle-Umfragen

Dauer:

45 Min. (bitte erst 5 Min. vorher erscheinen)

Ferienbetrieb:

vom 14. bis 30. Juli geschlossen



7. Wer darf trainieren?

Die Karate-Mitglieder müssen **keine** Commitments mehr abgeben. Sie sind aber dafür **besorgt**, dass sie über die neuen Möglichkeiten und den damit verbundenen Auflagen, insbesondere über die beständigen Gruppen bei Kontakt-Trainings und Sicherstellung des Contact Tracings, **informiert** sind.

8. Wie melde ich mich an?

Ihr erhält von uns die Termine per Doodle-Umfrage. Mit diesem link könnt Ihr Euch zu den Kursen anmelden. Wichtig dabei sind folgende **Grundregeln**:

1. Jede Person kann sich **neu 2 Mal** die Woche anmelden! Als **Kompensation** für die bis dato ausgefallenen Trainingsstunden findet das Training auch während den Sommerferien bis und mit am Donnerstag, den **06. August 2020** statt.
2. Vom **14. bis 30. Juli** ist das Dojo wegen Ferien **geschlossen**!
3. Es sollten, wenn immer möglich, die **gleichen** Personen zusammen trainieren!

Nachstehender Link ist bis und mit am Mittwoch, den **06. August 2020**, gültig:

🔒 2 - Karate Jugend + Erwachsene, ab 16 Jahre, ALLSCHWIL

Doodle Link: <https://doodle.com/poll/qqc6mtqwyf43abpg>

🔒 🦊 2 - Karate für Jugend, 11 - 15 Jahre, ALLSCHWIL

Doodle Link: <https://doodle.com/poll/buenkzmnpc22hqze>

🔒 🐭 2 - Karate für Kids 5 - 10 Jahre, ALLSCHWIL

Doodle Link: <https://doodle.com/poll/i5a32f4snzcwre8s>

9. Was soll ich mitnehmen?

- Eigene **Trinkflasche**
- Eigene **Gesichtsmaske** (Empfehlung)
- Eigenes **Desinfektionsmittel** (Kontaminationsgefahr bei gemeinsamer Benutzung)
- **Trainingsanzug** bereits zu Hause angezogen, mit **eigenem + desinfiziertes** Trainingsmaterial (z.B. Schützer, etc.)



10. Verhaltensregeln – was darf ich und was nicht?

Die nachstehend aufgeführten Verhaltensregeln sind auch auf dem Formular «Commitments» aufgeführt:

Rahmenvorgaben für den Sport nach Lockerung der Massnahmen

Spirit of Sport
heisst jetzt ...

- Einhaltung der Hygieneregeln**
des BAG
- Distanz halten**
(wenn immer möglich 1,5m Abstand)
- Schutzkonzept**
der Vereine und Sportanlagenbetreiber beachten
- Sportveranstaltung**
 - mit max. 1000 Athlet*innen
 - mit max. 1000 Zuschauer*innen
 - Gruppen von max. 300 Personen, wenn 1,5m-Abstand nicht möglich ist
- Symptomfrei**
ins Training/Wettkampf
- Präsenzlisten**
(Rückverfolgung von engen Kontakten – Contact Tracing)
- Training von Sportarten mit engem Körperkontakt in beständigen Gruppen**
(Empfehlung)

Gültig ab 22. Juni 2020

swiss olympic

Abbildung 1 Verhaltensregeln gemäss Swiss-Olympic, ab den 22. Juni 2020



11. Raumkonzept – wie ist der Zugang gesichert?

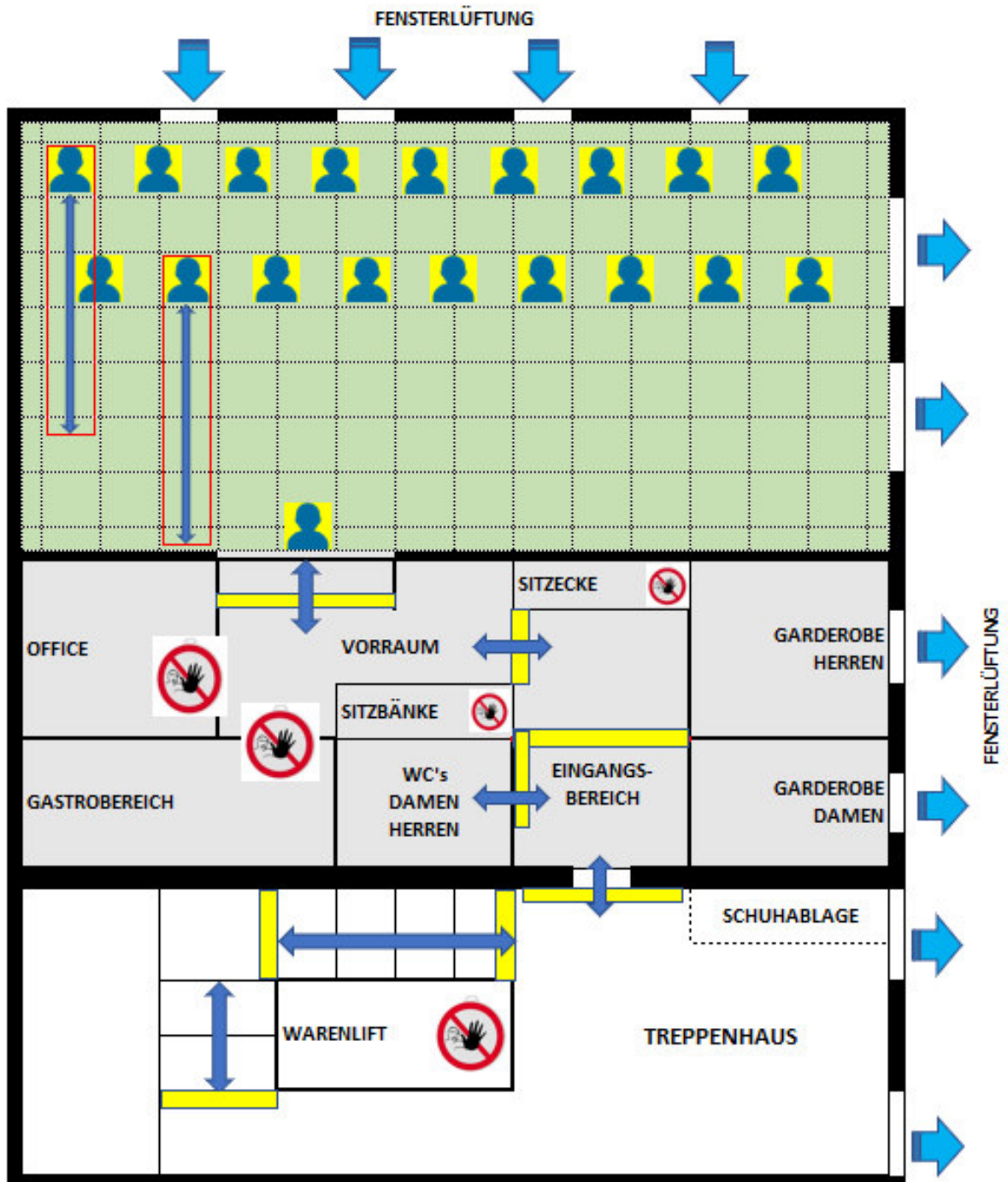


Abbildung 2: Gesamt-Grundriss Dojo Allschwil, mit max. 19 Teilnehmer

KARATE-DO BASILISK

ALLSCHWIL

TRAININGSSCHUTZKONZEPT N°3

29. Juni 2020



Legende Raumkonzept:

	Kein Zutritt, Raum ist abgesperrt bzw. Lift darf nicht benutzt werden
	Wartelinie zur nächsten Person, mindestens 2 m Abstand
	Laufrichtung kommen und gehen
	Lufrichtungspfeil Fensterlüftung
	Trainingsbereich pro Teilnehmer, mit Bodenmarkierungen 1 x 1 m
	Rastereinteilung 1 x 1 m

12. Zeitplan-Gesamtübersicht: 08. Juni bis 06. August 2020

ZEIT	MO ILLNAU	DI ALLSCHWIL	MI ILLNAU	DO ALLSCHWIL	FR	SA ALLSCHWIL	SO
BEZUG:							
17:00 - 17:45	KARATE Kids 5-10	KARATE PRIVATSTUNDEN	KARATE Kids 5-10	KARATE Kids 5-10			
18:00 - 18:45	KARATE Jugend + Erwachsene ab 16	KARATE Kids 5-10	KARATE Jugend + Erwachsene ab 15	KARATE Jugend 11-15			
19:00 - 20:00	KRAV MAGA Erwachsene	KARATE Jugend 11-15	KRAV MAGA Erwachsene	KARATE Jugend + Erwachsene ab 16			
20:00 - 21:00		KARATE Jugend + Erwachsene ab 16					
BEZUG:							
NACH VEREINBARUNG	PRIVATSTUNDEN KARATE ODER KRAV MAGA	PRIVATSTUNDEN KARATE ODER KRAV MAGA	PRIVATSTUNDEN KARATE ODER KRAV MAGA	PRIVATSTUNDEN KARATE ODER KRAV MAGA	PRIVATSTUNDEN KARATE ODER KRAV MAGA		