



Karate



## **Konzept 03.2** der Trainingsaufnahme bei der **Koubukan Kampfkunstschule während Covid-19 in Sumiswald**

### **Covid-19 Beauftragter:**

- **Karate: Markus Weber**
- **Krav Maga: Markus Weber**

### **Generell:**

- Jeder Trainer der Gruppe muss vorgängig bestimmt werden und das Commitment 03 für Center Trainer unterzeichnet haben und diese der Koubukan Kampfkunstschule zugestellt haben.
- Der Trainer kontrolliert, dass alle Trainierenden das Commitment 03 für Trainierende und bei minderjährigen der Gesetzliche Vertreter das Commitment 03 für gesetzliche Vertreter unterzeichnet und der Koubukan Kampfkunstschule zugestellt hat. Ist dies nicht der Fall ist der Trainierende nicht zum Training zugelassen.  
(Vorschrift Verband )
- Es sind keine Zuschauer im Dojo gestattet.
- Abstand der Trainierenden und Trainer von 1,5 m muss vor und nach dem Training zwingend eingehalten werden. Ausschliesslich im Training ist Körperkontakt erlaubt.
- Training`s mit Körperkontakt werden ab dem 13.07.2020 wieder durchgeführt. Der Training`s Partner darf nicht gewechselt werden **und der Abstand von 1,5 Meter der Trainierenden, ausser zum eigenen Partner muss wann immer möglich eingehalten werden. Somit entfällt die Einteilung zu festen Tatamis. Aus trainingstechnischen Gründen bleiben die Markierungen jedoch bestehen.**

### **Eintritt vor dem Training in Sumiswald:**

- Garderoben und Duschen sind für Alle gesperrt. Die Trainingskleider müssen Zuhause angezogen werden und es wird auch wieder in ihnen nach Hause gegangen.  
(Empfehlung Verband )
- **Es muss eine Präsenzliste geführt werden.**
- **Im Dojo dürfen Max. 11 Personen einschliesslich Trainer anwesend sein.**
- Die Trainierenden wechseln beim Eingang die Schuhe oder ziehen diese aus.
- Nach dem Schuhwechsel hat jeder Trainierende die Hände 20 Sek. Gründlich zu Waschen.
- Die Türe zum Dojo bleibt offen dass die Tür falle nicht berührt werden muss.
- **Der Trainer kontrolliert nach der Einteilung die Namen der Trainierenden.**
- Der Trainer ist verantwortlich das bei Trainings mit Kontakt immer dieselben Trainierenden zusammen Trainieren. Ist dies durch die Planung nicht möglich, kann kein Training mit Kontakt durchgeführt werden. Die Partner dürfen unter keinen Umständen getauscht werden.



**Austritt nach dem Training:**

- Nach dem Training gründlich Hände waschen min. 20 Sek.
- Die Trainierenden verlassen nach dem Training direkt das Dojo um Kontakt mit der nächsten Gruppe zu vermeiden.

**Vorbereitung für die nächste Gruppe:**

- Der Trainer der Gruppe trägt die Verantwortung das alle Räumlichkeiten für das nächste Training bereit und die Trainingsplätze markiert sind.
- Zwischen den Trainingseinheiten genügend Zeit einplanen.(min. 15 Minuten)
- Dojo gründlich lüften.
- WC und Wasser Hähnen täglich desinfizieren. (nach letztem Training des Tag)
- Trainingsmaterial (Kissen, Pratzten, Messer etc.) müssen vor und nach Gebrauch desinfiziert werden. (Vorschrift Verband)

Datum:

Trainingszeit: von            Uhr bis            Uhr

Trainer:

Training mit Kontakt? Ja       Nein

Tägliche Desinfektion i.o?.....

**Trainierende**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

Datum:

Trainingszeit: von            Uhr bis            Uhr

Trainer:

Training mit Kontakt? Ja       Nein

Tägliche Desinfektion i.o?.....

**Trainierende**

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10