



Trainingskonzept ab 15.06. (Corona-Verordnung)

Wir möchten im Rahmen der aktuellen Vorschriften ein Training der Judokas ermöglichen. Um dies durchführen zu können sind nachfolgende Regeln ausnahmslos einzuhalten.

Hygienebeauftragt: Andreas Krüger

Umsetzungsverantwortlich: der jeweils durchführende Trainer

Trainingsinhalte:

Allgemeine Kraft – und Koordinationsübungen, judospezifische Bewegungsformen, klassischen Judotechniken mit Körperkontakt mit festem Partner, keine Randori mit Partnerwechsel

Hygienemaßnahmen:

- Mindestabstand vom Betreten der Halle bis zum Verlassen beträgt immer 1,5m
- Begrenzung der Teilnehmer auf 16 + 1-2 Trainer (je nach Altersgruppe)
- Die Teilnehmer kommen umgezogen zum Training
- Jedes Judoka-Team erhält einen farblich gekennzeichneten Mattenbereich von 3x4m, den er während des Trainings nicht verläßt
- Hand- und Fußdesinfektion vor Betreten der Matte
- die Toilette darf nur einzeln benutzt werden
- Keine Zuschauer/Eltern kommen in die Trainingshalle
- Nach jedem Training wird die Mattenfläche gereinigt/desinfiziert
- Regelmäßiges Lüften während der Trainingszeit
- Pufferzeit zwischen den Trainings verhindert Begegnung der Gruppen
- Trainingsliste mit den Teilnehmern wird vom AL 4 Wochen aufbewahrt
- Judoka mit Erkältungssymthomen dürfen nicht ins Training kommen

Durchführung:

- Über die Gruppenchats melden die Eltern ihre Kinder fürs Training an
- die Judoka kommen pünktlich vor die Halle
- der Trainer holt die Teilnehmer vor der Halle ab
- die Judoka gehen mit Abstand ins Dojo und direkt auf den zugewiesenen Trainingsplatz
- die Schuhe werden direkt an der Matte abgestellt, Hände und Füße desinfiziert
- die Kinder trainieren in ihrem Mattenbereich
- Nach dem Training gehen die Judoka mit Abstand wieder zum Ausgang und werden vom Trainer entlassen
- der Trainer ist für die Reinigung/Desinfektion der Matte nach seinem Training verantwortlich

