



Corona Maßnahmen – ab September 2020

- **Betreten des Schulgebäudes und Verhalten in der Garderobe**
 - Bevor die Sportler das Gebäude betreten, sind die Türgriffe zu den Garderoben zu desinfizieren.
 - Beim Betreten des Gebäudes sind die Hände zu desinfizieren. Im Eingangsbereich befindet sich ein automatischer Desinfektionsmittelspender.
 - Das Betreten des Schulgebäudes und der Garderobe, ist nur mit Mund-Nasenschutz Maske (MNS) gestattet.
 - In der Garderobe ist der MNS zu tragen, beim Betreten der Halle (DOJANG) kann dieser abgenommen werden.
 - Es wird um rechtzeitiges Erscheinen vor dem Trainingsbeginn gebeten. Die Sportler, die zum Training ab 19:00 Uhr kommen, sollen spätestens um 18:45 Uhr die Garderobe betreten, um ein Zusammentreffen mit den Kindern in der Garderobe zu vermeiden.
 - Kinder sollen vorzugsweise bereits im Dobok erscheinen.
 - Vor dem Training muss sich jeder Sportler und Trainer in das Anwesenheitsheft eintragen. Leserlich mit Vor- und Familiennamen, sowie Telefonnummer. Dies gilt auch für Besucher, die sich länger als 15 Minuten im Gebäude aufhalten.

- **Verhalten in der Trainingshalle (DOJANG)**
 - Es ist für eine gute Durchlüftung des Trainingsbereiches zu sorgen.
 - Zuschauer in der Halle sind nicht gestattet. Eltern deren Kinder das erste Mal am Training teilnehmen sind davon ausgenommen.
 - Es ist ein Mindestabstand von 1,5 Meter zu einzuhalten. Dies gilt auch vor dem Beginn und nach Beendigung des Trainings.
 - Nicht familienzugehörige Gruppierungen sind zu unterlassen.
 - Die Aufstellungsform ist so zu wählen, dass der Mindestabstand von 1,5-2m immer gewährleistet ist.
 - Trinkflaschen sollen direkt beim zugewiesenen Platz des Athleten stehen.
 - Das Aufwärmen sollte ebenfalls am Platz stattfinden (Aerosole) - Laufspiele sind zu vermeiden.
 - Bei Trainingsinhalten, bei denen der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, muss ein MNS getragen werden. Von der Trainingsleitung sind diese Trainingssituationen bei Möglichkeit zu vermeiden.
 - Bei Schlagpolstertraining sind die Schlagpolster vor der Übergabe zu desinfizieren.
 - Auf den Kampfschrei (KIHAP) ist zu verzichten.
 - Wird in Reihen auf einem Schlagpolster trainiert, ist zwischen den Sportlern der Mindestabstand von 1,5 Meter einzuhalten. Ein niederfrequentes Training ist zu bevorzugen. (Ausatmung)
 - Bei starker Schweißentwicklung muss ein Handtuch zum Abtrocknen bereitliegen.
 - Am Ende des Trainings sind sämtliche benützte Trainingsgeräte zu desinfizieren.

➤ **Allgemeines**

- **Bei Anzeichen einer Erkrankung ist die Teilnahme am Training nicht gestattet.**
- Es ist auf allgemeine Hygiene zu achten. Saubere Trainingskleidung (DOBOK), gewaschene Füße, gepflegte Finger- und Zehennägel.
- Die WC-Anlagen sind nur im absolutem Dringlichkeitsfall zu benutzen.
- Das Betreten der WC Anlagen ist nur mit Schuhen gestattet. Händewaschen mit Seife ist Pflicht.
- Beim Verlassen der Räumlichkeiten am Ende des Trainings, sind die Türgriffe zu desinfizieren.
- Die allseits bekannten Präventionsmaßnahmen gelten auch im Dojang!

Der Vorstand von Taekwondo Kumgang Stockerau
Stockerau, am 01.09.2020