

Corona-Schutzkonzept des Judo Club St. Gallen_Gossau

(Basierend auf den Vorgaben des Schweiz. Judo-Verband, SJV vom 28. April 2020.)

1. Schritt der Lockerung

Der Judo Club St. Gallen hat je ein Dojo in St. Gallen und in Gossau; in welchen div. Gruppen trainieren. Aufgrund der aktuellen Vorgaben des SJV dürfen momentan nun spezielle Gruppen das Training wieder aufnehmen.

Im ersten Schritt werden wir bis zum 8. Juni mit einem reduzierten Trainingsangebot starten. In St.Gallen mit den Erwachsenentraining in Gossau mit der Leistungsgruppe der Altersgruppe Jugend/Junnioren/Elite. Nach dem 8 Juni ist das Ziel wieder alle Trainings durchzuführen, jedoch mit den geltenden Teilnehmerzahlen welche vom BAG vorgegeben werden. Den **Risikogruppen** angehörende Sportler sollen nicht ins Training kommen und **Kranke** dürfen nicht kommen. Der einzelne Sportler trägt die Verantwortung, ob er ins Training kommt. Kranke informieren den Trainer.

Die im Schweiz. Judo-Verband vorgegebenen Massnahmen werden vom Judo Club St. Gallen_Gossau wie folgt angewendet:

Dies Schutzkonzept und die einzelnen konkreten Massnahmen sind in den Dojos (an den jeweiligen Stationen) angeschlagen.

Jedes Mitglied hat per Post das Schutzkonzept des Verbandes erhalten und ein Info Schreiben zum Start des Trainings

Änderungen der Vorgaben werden in den Dojos angeschlagen und in der Homepage des Judoclubs St. Gallen veröffentlicht.

Vor dem Training

Die **Sportler melden sich im Voraus (mind. 48h) via Handy oder Web-Umfrage beim Trainer zur jeweiligen Sportlektion** an. Dabei wird entsprechend der geltenden Bestimmung eine Teilnehmerbeschränkung gemacht.. Wir achten darauf das jedes Mitglied die Möglichkeit hat regelmässig an Trainings teilzunehmen. Falls es zuviele Teilnehmer in einem Training hat, werden die überzähligen Teilnehmer informiert. Zwei Trainings können nur dann die Woche besucht werden wenn es genügend Platz hat.

Es wird stark angeraten, dass nicht mit den öffentlichen Verkehrsmittel und keine Fahrgemeinschaften gebildet werden für die Anreise zum Training.

Die **Trainingslokalitäten öffnen 15 Minuten vor Trainingsbeginn; Warteraum ist vor dem Dojo** (bei beiden Dojos hat es dafür vor dem Dojo genügend Platz).

Klebbänder markieren in den Räumlichkeiten z. B. Abstände für Deponieren der persönlichen Utensilien, Grenze auf Matte, Wege etc.

Einlass einzeln, resp. so, dass Distanzvorgaben (von 2 m) nicht unterschritten werden.

Sportler haben ihren (frisch gewaschenen) Kimono / Trainingsanzug schon zu hause angezogen und müssen somit nur noch Schuhe/Socken ausziehen.

Desinfektion der Hände und Füsse vor und nach dem training. Mittel stehen im Dojo zur Verfügung.

Trainingsmaterial

Jeder Teilnehmer hat folgendes Mitzubringen

- Alle kommen bereits umgezogen in frischen Trainings Sachen ins Training (lange Trainingshose und T-Shirt oder Langarmshirt). Es ist auch möglich im frisch gewaschenen Kimono zu trainieren.
- Handtuch
- Joggingsschuhe für draussen
- wer will kann eine angeschriebene Trinkflasche (nur mit Wasser) gefüllt mitbringen

Während dem Training

Der Trainer führt eine Präsenzliste mit den Kontaktdaten der Sportler für jede Trainingslektion.

Maximale Anzahl Personen werden eingehalten; gemäss den Quadratmetervorgaben können in jedem Dojo gleichzeitig maximal 2 Gruppen zu je 5 Personen (inkl. Trainer) trainieren. (Die Gruppen dürfen sich gegenseitig nicht mischen.)

Trainieren ohne Körperkontakt.

Wir sammeln Übungen im Trainerteam, welche das Trainiere ohne Partner / Körperkontakt ermöglicht. Diese Übungen werden den Trainer zur Verfügung gestellt.

Nach dem Training

Nach dem Training sind die *Räume so zu verlassen, dass keine Abstandvorgaben verletzt werden.*

Die Sportler **benutzen die Duschanlagen nicht**. Garderobe ist geschlossen (wird markiert)

Plätze, an denen persönliche Utensilien lagen, nach Verlassen desinfizieren.

Erneut Hände und Füsse desinfizieren.

Nach dem Training darf **nicht in grösserer Gruppe ins Wirtshaus** gegangen werden.

Nach dem Training **ist der Raum zu lüften und die Materialien zu desinfizieren; auch Matten reinigen und Türgriffe/Türschlösser/berührte Stellen** (z. B. Schuhablage) und (falls gebraucht wurde) auch WC.

Die **nächste Gruppe** darf erst reinkommen, wenn die **Reinigung abgeschlossen ist**, wobei eine **Mindestzeitdauer von 15 Minuten** (auch wenn Reinigung beendet sein sollte) eingehalten werden muss.

Trainingsbeginn und – Ende flexibel anpassen.

Gebrauchtes Reinigungsmaterial anschliessend aus dem Dojo zu entfernen. (**Zu hause entsorgen.**)

Bei **Fragen** sich an den Trainer oder den Präsidenten wenden.

Beilage:

Schutzkonzept Schweizerischer Judo und Ju-Jitsuverband

Infoschreiben an die Mitglieder