



Bachstr. 40
56727 Mayen

Tel.: 0173-8197656

E-mail: info@sen5.de
Website: www.sen5.de

Mayen, den 27.05.2020

Konzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes des Breitensporttrainings im Sen5 Karate Verein

Aufgrund der Beschlüsse des Landes Rheinland Pfalz im Rahmen der „Achten Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz (8. CoBeLVO)*“ vom 25. Mai 2020 unter §1 Absatz (6) besteht die Möglichkeit im Breitensportbereich unter fest gelegten Vorgaben das Training wieder auf zu nehmen:

Der Sen5 Karate Verein e.V. hat diesbezüglich das vorliegende Konzept erstellt, um den Trainingsbetrieb unter höchsten Sicherheits,- und Hygienestandarts wieder auf zu nehmen.

Vorwort

Die Verbreitung des Corona-Virus in Deutschland hat Mitte März dazu geführt, dass Bund und Länder einschneidende Beschränkungen im Alltagsleben verfügt haben. Das trifft auch unseren Breiten-, Gesundheits- und den Leistungssport existenziell.

Aufgrund der Rolle des Karatesports für den gesellschaftlichen Zusammenhalt und zur Erhaltung von Gesundheit und Mobilität für über 250 Mitglieder im Sen5 Karate Verein möchten wir nun aber als ersten Schritt den Breiten- und Gesundheitssport in einer verantwortungsbewussten Form schrittweise wieder ermöglichen.

Eine längere Unterbrechung des Trainingsbetriebes würde die Existenz des Vereines bedrohen.

Dem Sen5 Karate Verein sind alle aktuell geltenden behördlichen Hygiene- und Infektionsschutzvorgaben sowie den 10 Leitplanken zur Aufnahme des Sportbetriebes in Deutschland durch den DOSB bekannt.

Diese Vorgaben sind entscheidender Bestandteil dieses Konzeptes und werden vom Verein offen an alle Stellen kommuniziert.

Der Verein hat mit seinem 1.Vorsitzenden Christian Grüner, Heideberg 19, 56759 Kaisersesch, einen verantwortlichen **Ansprechpartner für den Infektionsschutz** bestimmt. Dieser ist für den Informationstransfer der aktuellen Entwicklungen und Vorgaben zuständig und steht allen Vereinsmitgliedern rund um die Uhr als Ansprechpartner zur Verfügung.

Am Montag, den 11.05.2020 führte der Verein online eine spezielle Sensibilisierung der Trainer/innen, Übungsleiter/innen bezüglich der Thematik Infektionsschutz und Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln durch. Zudem wurden alle Vereinsverantwortlichen von den Vorgaben der 8.CoBeLVO in Kenntnis gesetzt und über die in der Verordnung fest gelegten Vorgaben verbindlich informiert.

Alle Vereinsverantwortlichen, Vorstandsmitglieder und das gesamte Trainer-Team wurden umfassend sensibilisiert.

Die Eltern der Teilnehmenden und alle Teilnehmer*Innen werden vor Beginn des Trainingsbetriebes durch eine Vereinsinformation zu den neu-erstellten Verhaltensregeln rund um das Training informiert.

Allen Beteiligten wird kommuniziert, dass Zuwiderhandlungen der Verhaltensregeln einen Trainingsausschluss bzw. bei weiterer fehlender Einsicht eine Kündigung der Vereinsmitgliedschaft zur Folge haben.

1. DOSB- Handlungsleitfaden zu den Abläufen vor, während und nach dem Training

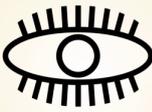
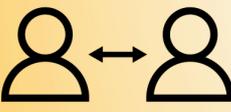
Der Sen5 Karate Verein bekennt sich zu den vom DOSB empfohlenen Vorgaben für den Vereinssport

VEREINSSPORT NACH LOCKERUNG DER KONTAKTBESCHRÄNKUNGEN

FAIR PLAY

HEISST JETZT...



- **KÖRPERKONTAKTE MÜSSEN UNTERBLEIBEN**
- **MIT FREILUFT-AKTIVITÄTEN STARTEN**
- **RISIKEN IN ALLEN BEREICHEN MINIMIEREN**
- **DISTANZREGELN EINHALTEN**
- **TRAININGSGRUPPEN VERKLEINERN (MAX. 5 PERSONEN)**
- **ANGEHÖRIGE VON RISIKOGRUPPEN BESONDERS SCHÜTZEN**
- **VEREINSHEIME UND UMKLEIDEN BLEIBEN GESCHLOSSEN**
- **FAHR-GEMEINSCHAFTEN VORÜBERGEHEND AUSSETZEN**
- **HYGIENEREGELN EINHALTEN**
- **VERANSTALTUNGEN UND WETTBEWERBE UNTERLASSEN**

WIR SIND SPORTDEUTSCHLAND



2.Festlegungen des Vereins für die Abläufe Vor und nach dem Training

Laut aktueller Verordnung darf das Training seit dem 27.05.2020 wieder in geschlossenen Räumen durchgeführt werden. Die Ausübung der Sportart muss aber weiterhin kontaktlos erfolgen.

Folgende Punkte hat der Sen5 Karate Verein festgelegt:

- Alle Teilnehmer*Innen und Eltern erhalten ein Handout mit den wichtigsten Hygienebestimmungen und Abstandsregelungen.
- Personen mit Krankheitssymptomen einer Corona-Infektion oder anderen ansteckenden Erkrankungen dürfen nicht am Training teilnehmen
- Fahrgemeinschaften zum Training müssen weiterhin vermieden werden
- Die Anwesenheitszeiten der Mitglieder/Karateschüler/innen sowie der Übungsleiter*Innen/Helfer*Innen werden auf ein Mindestmaß zu reduziert
- Um bei einem eventuellen Verdachtsfall eine schnelle Zuordnung der Personen zu gewährleisten (Infektionskette) werden alle Trainings-Teilnehmer/innen in einer Anwesenheitsliste mit Name, Adresse und Kontaktdaten erfasst.
- Jede/r Teilnehmer/in erscheint pünktlich (weder zu früh noch zu spät) zum Training bereits in Sportkleidung, um einen unkontrollierten Kontakt in den Umkleieräumen zu verhindern
- Umkleiden und Sanitäre Einrichtungen dürfen nur einzeln betreten bzw. in Anspruch genommen werden-
- WC-Besuche bitte möglichst bereits vor oder nach dem Training zuhause planen
- Jeder Teilnehmer bringt ein der Körpergröße entsprechendes Handtuch mit, um eine Schweißübertragung während des Trainings auf den Boden- bzw. auf Gegenstände und damit auf andere Personen zu vermeiden.

- Aus Gründen des Infektionsschutzes wird das Training mit Sportschuhen durchgeführt und nicht barfuß. Hierfür bringen alle Trainingsteilnehmer zusätzlich zu den Straßenschuhen ein paar Sportschuhe zum Training. Die Straßenschuhe werden vor dem Trainingsraum/außerhalb abgestellt und die Sportschuhe für die Trainingseinheit getragen.
- Bitte besonders bei den Minis und Kids darauf achten, dass Schuhe mitgegeben werden, die die Kinder selbstständig an- und ausziehen können
- Eltern, Begleitpersonen dürfen nicht am Trainingsort verbleiben, sondern nur die Trainingsteilnehmer bringen bzw. abholen.
- Das Betreten der Trainingsstätte ist erst erlaubt, wenn die vorherige Gruppe das Gelände verlassen hat
- Bereits vor dem Trainingsort ist eine Reihe zu bilden, der Sicherheitsabstand muss gewährleistet sein
- Der Trainer/die Trainerin holt die nächstfolgende Trainingsgruppe vor dem Trainingsort ab. Das Eintreten erfolgt nacheinander unter Berücksichtigung der Mindestabstände (1,5m)
- Es wird am Eingang einen festgelegten Platz geben, an dem die Hände desinfiziert werden müssen. Der Verein wird hierzu Handdesinfektionsmittel bereitstellen.
- Auch nach dem Training wird ein geregelter Ablauf des Verlassens der Trainingsstätte, analog zu dem Betreten des Trainingsortes eingehalten. Der Trainer/die Trainerin ist für die Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln verantwortlich.

2. Während des Trainings

Das Karate-Training im Sen5 Karate Verein findet bis auf Weiteres ohne körperlichen Kontakt zu anderen Mittrainierenden und unter Berücksichtigung der Mindestabstände statt.

- Die Trainingsgruppen werden, um die Distanz- und Hygiene-Regeln auch bei Kindern einzuhalten, an die Größe des Trainingsraumes angepasst. So müssen pro Trainingsteilnehmer mindestens 10 Quadratmeter Trainingsfläche zur Verfügung stehen.
- Zwischen allen Personen muss während des Trainings durchgängig mindestens 1,5 m Sicherabstand dauerhaft gewährleistet sein.
- Alle Teilnehmer*Innen sind während des **gesamten** Trainings in einer Reihe und /oder Doppelreie angeordnet, wobei zwischen den Trainierenden mind. 2 Metern Abstand gehalten wird.
- Die Berücksichtigung des Mindestabstandes von **1,5 Metern** wird durch die Anordnung von farbigen Markierungshütchen als Bodenabstandshaltern fixiert und muss von allen Teilnehmer*Innen eingehalten werden! Wer sich nicht daran hält kann nicht am weiteren Training teilnehmen
- Während der gesamten Trainingszeit ist jeglicher Körperkontakt untersagt, auch nicht zur Begrüßung oder Verabschiedung
- Der Organisation des Trainings wird höchste Aufmerksamkeit geschenkt, alle Vorgaben im Training müssen verständlich und präzise sein.
- Es wird kein Partnertraining durchgeführt. Das Aufwärmen, Techniktraining, Dehnung, Lockerung wird auf der Stelle unter genauer Leitung und Anweisung des Trainers (Zählung, optische Signale...) ausgeführt
- Hochintensive Ausdauerleistungen finden nicht statt. Hierunter fallen jedoch keine Belastungen, die kurzfristig intensiv sind.
- Neben dem Techniktraining werden Elemente aus dem Koordinations- und Konditionstraining ohne körperlichen Kontakt zu anderen Mittrainierenden umgesetzt
- Gruppenspiele jeglicher Art sowie Formen aus dem Aufwärmtraining, die einen Mindestabstand von 1,5 bis 2 Metern nicht garantieren, werden bis auf Weiteres unterlassen.

- Das Verlassen der Trainingsgruppe (Toilettengänge, Trinkpausen etc.) ist untersagt
- Die Trainingszeiten sind entsprechend verkürzt, sodass die Trainingseinheit ohne Weiteres ohne Unterbrechungen wahrgenommen werden und nur geringe Gruppenstärken das Training frequentieren

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Christian Grüner', with a long horizontal stroke extending to the right.

Christian Grüner
1.Vorsitzender
Sen5 Karate e.V

