



## Einleitung

Basierend auf den Dokumenten des Verbandes (SKF) und dem Schutzkonzept für die Hallen der Stadt Lenzburg sowie unter Berücksichtigung der Vorgaben des BAG gilt für den Karate Kai Lenzburg nachfolgend beschriebenes Schutzkonzept.

## Mitgeltende Dokumente

- [01] Schutzkonzept Turnhallen Phase 3.pdf
- [02] Trainingskonzept (2020-Q3\_Trainings-Konzept\_V02.pdf)
- [03] SKR-Corona - Schutzkonzept- 6-Juni-2020\_.pdf

## Zeitliche Staffelung [02]

### Dienstag: maximal 30 Personen gleichzeitig in der Halle

- 19:00h – 19.15h Geführtes Aufwärmen, Gymnastik
- 19:15h – 19.55h Kata in zwei Gruppen + Jugendförderungsgruppe
- 20:00h – 21:15h Breitensport (ganzheitlich), 2 Gruppen
- 21:20h – 21:45h Kumite, Geführte Aktivitäten, Individuelles Üben

### Donnerstag: maximal 30 Personen gleichzeitig in der Halle

- 19:00h – 19.15h Geführtes Aufwärmen, Gymnastik
- 19:15h – 19.55h Kata in zwei Gruppen + Jugendförderungsgruppe
- 20:00h – 21:15h Breitensport (ganzheitlich), 2 Gruppen
- 21:20h – 21:45h Kumite, Individuelles Üben



## Vorgaben und Besonderes

- Nur gesunde Mitglieder dürfen am Training teilnehmen. Bei irgendwelchen Krankheitszeichen bleiben wir zu Hause!
- Begrüssungsrituale nur kontaktlos!
- Hände und Füsse werden vor dem Training gründlich mit Seife gewaschen!
- Es wird eine Präsenzliste geführt!
- Den KKL sehen wir als "beständige Gruppe" (Vereinsmitglieder, Leistungsgruppen, Präsenzliste), somit wird auch Kumite-Training wieder möglich.
- Desinfektion von Trainingsmaterial: Entfällt! Der KKL verzichtet vorläufig auf das Training mit Hilfsmitteln jeglicher Art (Padds, Schlagpolster, Stöcke usw.). Persönliche Handschützer dürfen im Kumite-Training verwendet werden.
- Im KKL trainieren wir wieder barfuss, freiwilliges Tragen von Hallenschuhen wird nach wie vor toleriert. Nicht barfuss Trainierende dürfen nicht an Partner- und Kumite-Übungen teilnehmen.
- Die grosszügigeren Platzverhältnisse in einer Turnhalle gegenüber denjenigen in einem Dojo ermöglichen bei gut 10m<sup>2</sup> Trainingsfläche pro Person ein Training mit bis zu 30 Personen plus Trainer/in [03]
- Die Garderoben und Duschen dürfen wieder benutzt werden, da dies die Stadt Lenzburg erlaubt [01]. Es soll aber versucht werden, die Aufenthaltsdauer in den Duschen und Garderoben möglichst kurz zu halten und diese Räumlichkeiten wenn möglich etwas gestaffelt aufzusuchen. Wenn möglich, bereits umgezogen zum Training erscheinen
- Jede Organisation, welche die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs plant, muss eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Bei unserem Verein ist dies der Präsident Yves Schumann. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn wenden (Tel. +41 78 698 44 62 oder [Yves.Schumann@karate-kai-lenzburg.ch](mailto:Yves.Schumann@karate-kai-lenzburg.ch)).