

# Hygienekonzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs

## TSGO – Judoabteilung Stand 17.06.2020

Die Aufnahme des Trainingsbetriebs erfolgt in teilnehmerbeschränkten Trainingsgruppen von maximal 16 Teilnehmern und zwei Trainern.

Es werden zwei Trainingsmodelle angeboten: Dienstagnachmittag findet das Training im Freien statt und wird sich auf Ausdauertraining und Einzelübungen beschränken.

Samstags wird in der Halle der TSGO zunächst einmalig Individualtraining auf eigenen Mattenflächen für jeden Judoka stattfinden. Für alle folgenden Trainings bilden die Judoka langfristig gemeinsam trainierende Paare. Diese Paare können nur gemeinsam trainieren, um ein Infektionsrisiko zu minimieren. Andere Trainingspartner sind nicht gestattet.

Zwischen den Mattenflächen für die Trainingsteilnehmer befindet sich jeweils ein Abstand von mindestens zwei Metern.

Nach jedem Training werden die Judomatten gründlich gereinigt, sodass eine Infektion über die Matten ausgeschlossen werden kann.

Außerhalb der eigenen Trainingsmatte ist ein Mund-Nasenschutz zu tragen. Dies gilt ebenso für die Ankunft und das Verlassen der Halle. Eine Nutzung der Umkleiden ist nicht gestattet, alle Judoka haben die Halle in Judohose und T-Shirt zu betreten und die Judojacke in der Halle über das T-Shirt anzulegen.

Auf die Nutzung von geteilten Trainingsgeräten (Bälle, Kisten, Bänke etc.) wird verzichtet.

Die Anfahrt zur Halle und die Heimfahrt sind ohne die Bildung von Fahrgemeinschaften durchzuführen.

Im Allgemeinen und vor allem in den Pausen sind Gruppenbildungen strikt untersagt. Die allgemein gültigen Abstandsregeln sind beim Betreten und Verlassen der Halle zu beachten. Begrüßungen und Verabschiedungen finden ebenfalls mit Mund-Nasenschutz und unter Wahrung der Abstandsregeln statt.

Die Teilnahme am Training geschieht freiwillig und unter Zusicherung der eigenen Gesundheit nach bestem Wissen. Eine Teilnahme ist nur mit voriger Anmeldung möglich, um die maximale Teilnehmerzahl einhalten zu können. Für alle Trainingseinheiten werden Anwesenheitslisten gepflegt.

Judoabteilung Oberursel