

# COVID-19 Präventionskonzept Taekwondo Dojang Bludenz



Dieses Konzept gilt mit Beginn der Trainingssaison am 14.9.2020, Version 2.0

## Trainingszeiten

### Montag

Gymnasium Bludenz, Unterfeldstraße 11  
19:00 – 19:55 Kinder  
20:05 – 21:30 Jugendliche und Erwachsene

### Freitag

Wichnerhalle Bludenz, Schillerstraße 6  
18:00 – 19:25 Kinder  
19:35 – 21:00 Jugendliche und Erwachsene

## Generell

- Wir dürfen (derzeit) bei den Ampelfarben **GRÜN**, **GELB** und **ORANGE** ein reguläres Training abhalten, sind aber gesetzlich verpflichtet ein Corona Präventionskonzept umzusetzen. Bei Nichteinhaltung erfolgt der Ausschluss vom Training
- Die Teilnahme am Training ist nur bei unterschriebener Einverständniserklärung möglich
- Der organisatorische Ablauf des Trainings folgt nach diesem Präventionskonzept und nach dem Prinzip der Eigenverantwortung

## Vor dem Training

- Die Sportler (Kindertraining) kommen umgezogen ins Training (Dobok)
- Mund-Nasen-Schutz (MNS) muss abseits des Trainings getragen werden

- **GRÜN** / **GELB** - Die Umkleidekabinen (Kindertraining) stehen nicht zur Verfügung
- **ORANGE** – Die Umkleidekabinen stehen nicht zur Verfügung

- Der Sanitärbereich ist geöffnet (max. 1 Person gleichzeitig)
- Vor dem Training findet eine Desinfektion der Pratten (Schlagpolster) und der Hände durch den Trainer statt
- Eltern und Zuschauer warten vor der Halle (im Gymnasium auf dem Vorplatz)

## Training

- Wir empfehlen in Taekwondo-Schuhen zu trainieren (Barfußtraining ist erlaubt)
- Mit Hallenschuhe oder in Socken zu trainieren ist nicht erlaubt

- **GRÜN** / **GELB** Beim Betreten der Halle erfolgt sofort die Aufstellung, 1 Meter Abstand ist einzuhalten
- **ORANGE** zusätzlich: 2 Meter Abstand ist einzuhalten, Kontakt ist zu vermeiden

- **GRÜN** / **GELB** Durch die Trainer erfolgt eine Paarzuteilung – fixer Trainingspartner pro Training
- **ORANGE** zusätzlich: Im Paartraining darf der Abstand von 2m maximalst für insgesamt 15 Minuten pro Training unterschritten werden

- Jeder Sportler bringt seine eigene, mit Namen beschriftete Trinkflasche mit. Es gibt keine Trinkmöglichkeit in den Sanitäranlagen
- Bei Anzeichen von Corona Symptomen darf nicht am Training teilgenommen werden. Eltern werden von uns verständigt

## Nach dem Training

- Desinfektion der Hände durch die Trainer
- Geordnetes, gruppenweises Verlassen der Halle und der Schule – die Eltern warten vor der Halle bzw. vor der Schule (Gymnasium)