



# Hygienekonzept für das Judo- und Nin-Jitsu-Training des 1. JJJC Lünen e. V.



## Vorwort

Die Gesundheit aller Sportler\*innen und der Gesellschaft ist das höchste Gut und sollte respektvoll behandelt und geschützt werden. Dies stellt das Rahmenkonzept des 1. JJJC Lünen e.V. dar, um einen Wiedereinstieg mit Bezug auf die Corona-Pandemie in unserem Vereinssport zu ermöglichen.

Zentrales Ziel ist es, das Risiko einer Covid-19 Infektion maximal zu reduzieren, aber gleichzeitig unseren Vereinssport unter Einhaltung der geltenden offiziellen Hygiene- und Verhaltensvorschriften wiederaufzunehmen, um unseren Mitgliedern ein sinnvolles Training zu ermöglichen.

Die im Weiteren schriftlich fixierten Verhaltens- und Hygieneregeln sind speziell an die Gegebenheiten eines Judo- und Nin-Jitsu-Trainings angepasst und sind unbedingt einzuhalten. Jede\*r Sportler\*in, die\*der zum Training erscheint, hat den Regeln und Anweisungen der Übungsleiter unbedingt Folge zu leisten. Nichteinhaltung führt zu einem Trainingsausschluss.

## Grundsätzliche Regeln für die Teilnahme am Judo- und Nin-Jitsu-Training

### *Allgemeines:*

- Die Gruppengröße darf maximal 30 Personen betragen (incl. Trainer\*in).
- Vor, während und nach dem Training muss die\*der Trainer\*in sowie jede\*r Sportler\*in die Hygiene- und Abstandsregeln beachten.
- Vor, nach und während der Trainingseinheit ist von allen Anwesenden grundsätzlich der gebotene Mindestabstand von 1,5 m zu anderen Personen einzuhalten.
- Im Krankheitsfall oder im Fall von infektiösen Krankheitssymptomen darf nicht am Training teilgenommen werden. Es herrscht striktes Trainingsverbot.
- Sollten mehrere Trainingsgruppen gebildet werden, so sollte zwischen den Trainingseinheiten eine Pause von mindestens zehn Minuten vorgesehen werden, um Hygienemaßnahmen (Reinigung der Matten und Stoßlüftung) durchzuführen und einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen. Die Halle darf erst betreten werden, wenn die vorherige Gruppe die Halle verlassen hat.

### *vor dem Training:*

- Vor jedem Training ist von allen Teilnehmer\*innen bzw. von den Erziehungsberechtigten jeweils der Gesundheitsfragebogen wahrheitsgemäß auszufüllen und den Übungsleitern zu übergeben. Zu diesem Zweck wird das Fragebogen-Formular in den entsprechenden Medien (Homepage, WhatsApp, Facebook) digital bereitgestellt. Dieses sollte ausgedruckt, ausgefüllt und unterschrieben zum Training mitgebracht werden. Es werden aber auch Papierexemplare durch die Übungsleiter vorgehalten. Zum Ausfüllen dieser muss jede\*r Teilnehmer\*in einen eigenen Stift mitbringen. Die Fragebögen werden zur Nachvollziehbarkeit der Kontakte seitens des Vereins für vier Wochen aufbewahrt und danach vernichtet.
- Es sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training verzichtet werden.
- Die An- und Abreise zum Training erfolgt im Anzug (Gi); die Umkleiden sollen nicht genutzt werden.
- Vor dem Training werden die Hände gewaschen und desinfiziert.

### *während des Trainings:*

- Die Übungsleiter\*innen führen Anwesenheitslisten und Trainingsprotokolle, sodass mögliche Infektionsketten zurückverfolgt werden können. Die Trainingsprotokolle werden zur Nachvollziehbarkeit der Kontakte seitens des Vereins für vier Wochen aufbewahrt und danach vernichtet.
- Das Training erfolgt auf "Matteninseln" mit festem Partner (1:1-Training), Partnerübungen sind nur möglich, wenn die Trainingspartner in gerader Linie verwandt sind oder in einem Haushalt leben. Darüber hinaus ist es auch möglich, mit einem festen Partner zu trainieren. Laufspiele dürfen nicht stattfinden. Das An- und Abgrüßen erfolgt auf der jeweiligen "Matteninsel".
- In der Trainingshalle und auf dem Weg aus der Halle ist ein Mund-Nasen-Schutz (MNS) zu tragen. Dieser ist für etwaige Notfälle in Reichweite ablegen. Auf der „eigenen“ Matteninsel kann der MNS während des Trainings abgelegt werden. In allen Situationen, in denen der empfohlene Sicherheitsabstand von 1,5 m zu anderen Personen nicht eingehalten werden kann, ist der MNS anzulegen.
- Bei Bedarf sind die eigenen Sportgeräte mitzunehmen und zuhause zu desinfizieren. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
- Jede\*r Teilnehmende bringt bei Bedarf ihre\*seine eigenen Handtücher und Getränke zur Sporthalle mit. Diese sind nach Möglichkeit namentlich zu kennzeichnen.
- Nur mit Abstand husten und niesen, möglichst wegdrehen, in die Ellenbogenbeuge husten und niesen

*nach dem Training:*

- Die Trainingsteilnehmer\*innen reinigen / desinfizieren „ihre“ Matteninseln nach jedem Training. Reinigungsmaterial wird zur Verfügung gestellt.

*(Dieses Konzept richtet sich nach der jeweils gültigen Corona-Schutzverordnung des Landes Nordrhein-Westfalen. Es wurde in enger Anlehnung an die Empfehlungen des Landessportbundes NRW, des Nordrhein-Westfälischen Judo-Verbandes und des Deutschen Judo-Bundes entwickelt.)*

### **Anlagen**

Hallenplan TH Ludwig-Uhland-Realschule

Hallenplan TH Heinrich-Bußmann-Schule

Hallenplan TH Elisabethschule

Formular Gesundheitsfragebogen

Formular Trainingsprotokoll