



Konzept zur Wiederaufnahme des Taekwondo-Trainings

vor dem Hintergrund der COVID 19 Pandemie

Zusammenfassende Darstellung:

Das nachstehende Konzept sieht die **Fortführung** des TAM (TAEKWONDO AXEL MÜLLER) Taekwondo-Trainings unter Berücksichtigung:

- der rechtsnormativen Grundlagen der Covid 19 V des Landes RLP – Rheinland-Pfalz, der Auslegungshilfe zur VO und der Auslegungshilfe zur Mund-Nasen-Bedeckung, sowie die **11. Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz vom 11.09.2020**
- der allgemeinen Hygiene Vorschriften des RKI - Robert-Koch-Instituts und des BZgA,
- der **aktuellen** zehn Leitplanken des DOSB - Deutscher Olympischer Sportbund,
- der individuellen sportartspezifischen Vorschläge des DTU – Deutsche Taekwondo Union e. V. und deren Ergänzung.
- der TAM Leitplanken

vor.

Nachdem ab 18.05.2020 mit einem Training im Freien und dann, ab dem 27.05.2020, mit einem Training im TAM Leistungszentrum in Nistertal begonnen und das Training danach unter den landesspezifischen Vorschriften fortgeführt worden war, soll das Training nunmehr unter Berücksichtigung der aktuellen landesspezifischen Vorschriften über den 15. September hinaus fortgeführt werden.

Für das Training im Freien ist im Wesentlichen ein Abstandsgebot von 2 m und ein völlig kontaktfreies Training ohne Mund oder Augenschutz vorgesehen.

Für das Training in der Halle ist im Wesentlichen ein auf maximal 30 Personen beschränktes Kontaktraining mit besonderen Hygiene-Maßnahmen, u. a. zur Lüftung der Trainingshallen, vorgesehen.

Das Gesamtkonzept setzt sich zusammen aus:

- Trainingskonzepten für Außen und Innen mit zeitlicher Fortschreibung,
- besondere Verhaltensregeln zur Teilnahme am Training,
- einem Konzept zur beschränkten Nutzung der Trainingseinrichtungen im TAM Leistungszentrum,

- einem örtlich- und sachlichen Hygienekonzept für das TAM Leistungszentrum,
- einem Reinigungskonzept für die Trainingseinrichtungen unter Berücksichtigung der Hygienerichtlinien,
- einer verantwortlichen Erklärung zur Beachtung von besonderen Vorsorgemaßnahmen zur Vermeidung des Eintragens des Virus in den Trainingsbetrieb

Trainingskonzepte im Einzelnen und Arbeitsgrundlagen insgesamt sind dem anliegenden Anlagenverzeichnis zu entnehmen.

Anlagenverzeichnis:

- Landesspezifische rechtsnormative Anforderungen
- Hygienevorschriften des RKI und des BZgA
- Die aktuellen zehn Leitplanken des DOSB
- Sportartspezifische Vorschläge des DTU
- TAM Leitplanken
- Trainingskonzept für das Außentraining am dem 18.05.2020
- **Trainingskonzept für das Training in Gruppen bis 30 Personen**
- Besondere Verhaltensregeln zur Teilnahme am Training
- Konzept zur beschränkten Nutzung des TAM Leistungszentrum
- Allgemeines Hygienekonzept für das TAM Leistungszentrum
- Reinigungskonzept für das TAM Leistungszentrum unter Berücksichtigung der Hygienerichtlinien
- Verantwortliche Erklärung aller Trainingsteilnehmer bzw. Erziehungsberechtigten der Trainingsteilnehmer unter 16 Jahren zur Beachtung von besonderen Vorsorgemaßnahmen zur Vermeidung des Eintragens des Virus in den Trainingsbetrieb

Landesspezifische rechtsnormative Grundlagen

Corona Bekämpfungsverordnung LVO RLP/Auslegungshilfe zur C V.../Auslegungshilfe zur Mund-Nasen-Bedeckung

11. Corona Bekämpfungsverordnung LVO

https://corona.rlp.de/fileadmin/msagd/Gesundheit_und_Pflege/GP_Dokumente/Informationen_zum_Coronavirus/11._CoBeLVO.pdf

https://corona.rlp.de/fileadmin/msagd/Gesundheit_und_Pflege/GP_Dokumente/Informationen_zum_Coronavirus/11._CoBeLVO_1._AenderungVO.pdf

letzte aktuelle Auslegungshilfe zur VO

https://corona.rlp.de/fileadmin/rlp-stk/pdf-Dateien/Corona/Auslegungshilfe_Sommer_2020.pdf

Auslegungshilfe zur Mund-Nasen-Bedeckung

https://www.westerwaldkreis.de/files/wwk/img/aktuelles/Dateien%20Pressemeldung/2020%20Dateien,%20PMs%20Coronavirus/20200520_Auslegungshilfe_Mund_Nasen_Bedeckung.pdf

Info:

Mund-Nasen-Bedeckungen (MNB) als mechanische Barriere bzw. Bremse für eine Übertragung von Atemtröpfchen oder Speichel beim Atmen, Husten oder Niesen werden aus handelsüblichen Stoffen in unterschiedlichsten Variationen hergestellt und privat oder von verschiedenen Firmen wie Textilherstellern produziert. Sollte keine derartige Mund-Nasen-Bedeckung zur Verfügung stehen, kann auch ein Tuch oder ein Schal vor Mund und Nase gehalten oder gebunden werden.

Hygienekonzept für den Sport auf Außenanlagen

https://corona.rlp.de/fileadmin/rlp-stk/pdf-Dateien/Corona/10._Bekaempfungsvorordnung/2020_07_29_Hygienekonzept_Sport_aussen.pdf

Hygienekonzept für den Sport im Innenbereich

https://corona.rlp.de/fileadmin/msagd/Gesundheit_und_Pflege/GP_Dokumente/Informationen_zum_Coronavirus/200910_Hygienekonzept_Sport_innen.pdf

Hygienevorschriften des RKI /BZgA / Allgemeingültige Hygienetips

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/materialdownloads.html?tx_dotdownload_pi1%5BiFileUid%5D=4323&tx_dotdownload_pi1%5Baction%5D=show&tx_dotdownload_pi1%5Bcontroller%5D=Download&cHash=1acbff9de49b1ecc13ce45b9d54f27dd

<https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps.html>

Links Rheinland-Pfalz zu Corona

<https://corona.rlp.de>

Sonstige Links zu Hygienemaßnahmen etc. im Hinblick auf die Corona Pandemie

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

<https://www.bzga.de/>

<https://www.infektionsschutz.de/fileadmin/infektionsschutz.de/Downloads/Merkblatt-Mund-Nasen-Bedeckung.pdf>

<https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen.html#c6354>

<https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps/hygiene-beim-husten-und-niesen.html>

<https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps/barrieremassnahmen.html>

<https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps/toilettenhygiene.html>

<https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps/kuechen-und-lebensmittelhygiene.html>

<https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps/haushaltshygiene.html>

<https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps/hygiene-und-tiere.html>

<https://www.infektionsschutz.de/hygienetipps/desinfektionsmittel.html>

Die zehn Leitplanken des DOSB

https://cdn.dosb.de/user_upload/www.dosb.de/Corona/20200706_Die_neu_e_n_Leitplanke_n.pdf

Sportartspezifische Vorschläge des DTU

Die Zusatz-Leitplanken des DOSB (Halle)

Lüftungspläne

In Sporthallen und Indoor-Sportstätten ist durch regelmäßiges und intensives Lüften ein kontinuierlicher Luftaustausch zu gewährleisten. Hierfür sollten insbesondere die Pausen zwischen Trainingsgruppen genutzt werden, bzw. zusätzliche Pausen eingeführt werden. Nach Möglichkeit sollte auch während des Trainingsbetriebs gelüftet werden. Falls Klima- bzw. Frischluftanlagen vorhanden sind, sollte eine fachgerechte Nutzung sichergestellt sein, um eine Fehlfunktion als „Infektionsverbreiter“ auszuschließen.

Desinfektionskonzept

Zusätzlich zum regelmäßigen Händewaschen sollten beim Betreten und Verlassen der Sportstätte eine Gelegenheit zur Händedesinfektion zur Verfügung gestellt werden. Zusätzlich sollten vor und nach der sportlichen Aktivität in den geschlossenen Räumen Mund-Nase-Masken getragen werden. Flächen wie Türklinken, die von vielen Personen in kurzer Zeit genutzt werden, müssen konsequent und regelmäßig desinfiziert werden. Zudem ist eine Reinigung der Sanitärräume und die Bereitstellung von Seife und Händedesinfektionsmittel sicherzustellen. **Sportgeräte**

Insbesondere bei der gemeinsamen Nutzung von Sportgeräten und -flächen durch mehr als eine Person ist eine regelmäßige Desinfektion nach jeder Nutzung notwendig. Bei gemeinsam genutzten Bällen in Sportsportarten sollten Pausen zur Desinfektion von Bällen und Händen genutzt werden. Das von Bällen ausgehende Infektionsrisiko ist bei verantwortungsvoller Nutzung grundsätzlich jedoch als gering einzuschätzen.

Anmeldung

Im Indoor-Bereich ist ein Anmelde- und Anwesenheitsmanagement auf Grund des begrenzten Platzangebots besonders hilfreich. Grundsätzlich sollten sich Mitglieder einer Trainingsgruppe bei den Trainer*innen anmelden, um vorher zu wissen wie viele Aktive an welchem Tag und an welchem Angebot teilnehmen. Dies erleichtert die Steuerung der Gruppengröße und erlaubt eine Nachverfolgung und die Einleitung von Quarantänemaßnahmen, falls es Infektionsfälle gibt. Den jeweiligen behördlichen Vorgaben zur flächenbezogenen Gruppengröße ist auch hier strikt Folge zu leisten. Durch gestaffelte Start- und Endzeiten des Trainings können größere Personenansammlungen und Überbelegungen vermieden werden.

In der Version vom 28. Mai 2020

Die neu(e)n Leitplanken des DOSB

Distanzregeln einhalten

Abstand zwischen Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren zu reduzieren. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte dementsprechend unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen. Der Umgang mit Distanzregeln während des Sporttreibens muss in Abhängigkeit von den Sportarten und der jeweils aktuell gültigen behördlichen Vorgaben individuell festgelegt werden.

Körperkontakte auf ein Minimum begrenzen

Sport und Bewegung ohne Körperkontakt sind zu bevorzugen und außerhalb der sportartspezifischen Trainings- und Spielsituationen sollten körperliche Kontakte komplett unterbleiben. So ist auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe bestmöglich zu verzichten.

Freiluftaktivitäten nutzen

Sport und Bewegung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, soweit möglich, auch von traditionellen Hallensportarten im Freien durchgeführt werden.

Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die konsequente Einhaltung der Nies- und Hustenetikette, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen können das Infektionsrisiko reduzieren. Dabei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen vor allem auch bei gemeinsam genutzten Sportgeräten konsequent eingehalten werden.

Begrenzter Zugang zu Vereinsheimen und Umkleiden

Bei der Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen ist besonders die Einhaltung von ausreichenden Abständen zu sichern. Daher ist darauf zu achten, die Anzahl der Personen, die sich gleichzeitig in den Räumen aufhalten, zu begrenzen, sowie stets für ausreichend Belüftung zu sorgen.

Die Gastronomiebereiche können unter den jeweils geltenden Auflagen der Länder öffnen. In geschlossenen Räumen und wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, ist abgesehen von der sportlich aktiven Phase, der Einsatz von Mund-Nasenschutzmasken sinnvoll.

Veranstaltungen und Wettbewerbe

Für die Durchführung sportlicher Wettkämpfe sollten individuelle Konzepte erarbeitet werden, die organisatorische und hygienische Maßnahmen beinhalten, mit denen das Infektionsrisiko geringgehalten wird und eine Kontaktnachverfolgung möglich ist. Dabei sind sportartspezifische Aspekte sowie die Voraussetzungen der jeweiligen Sport- bzw. Veranstaltungsstätten zu berücksichtigen. Dies gilt insbesondere dann, wenn neben den Sportler*innen auch Zuschauer*innen zugelassen werden können.

Trainingsgruppen verkleinern

Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen. In einigen Bundesländern geben, insbesondere für den Indoor-Bereich, notwendige Quadratmetervorgaben pro Sportler eine Orientierung.

Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Individualtraining kann eine gut geeignete Option sein.

Sensibel bleiben und Risiken weiterhin meiden

Auch wenn sich die allgemeine Infektionsgefahr in den vergangenen Wochen positiv entwickelt hat, gilt es weiterhin, unnötige Risiken im Alltag und beim Sporttreiben zu meiden. Häufig gibt es auch im Sport attraktive und gleichzeitig risikoarme Alternativen, die für ein zeit- und situationsgemäßes Training und sportartspezifische Wettkämpfe in Zeiten der Pandemie genutzt werden können.

In der Version vom 6. Juli 2020



Übergangsregeln für Ihre Sportarten und Disziplin

Bei der Entwicklung Ihrer individuellen sportartspezifischen Vorschläge möchten wir Sie bitten und ermutigen, Ihre verbandsinternen Gremien, Ausschüsse und Kommissionen mit Zuständigkeit für den Sport sowie für den medizinischen Bereich mit einzubeziehen.

1. Name des Verbandes: Deutsche Taekwondo Union e.V.

2. Wie könnten sportartspezifische und an die DOSB-Leitplanken angelehnte Übergangs-Regeln Ihres Verbandes für die Sportarten und Disziplinen, für die Sie zuständig sind, aussehen?
 - a) Spiel- und Sportbetrieb (eigenständige Ausübung der Sportart ohne Anleitung)
 - Nutzung von teilweise bereits vorhandenen Online Angeboten (Training zuhause)
 - Erstellen von Videoanleitungen, Lehrvideos, etc.

 - b) Trainingsbetrieb (unter Anleitung eines Übungsleiters/Trainers) - Definition von Distanzregelungen: mindestens 2,0 Meter
 - Kontaktlosen Trainingsbetrieb:
 - o Verzicht auf Partnerübungen
 - o Gestaltung des Trainingsablaufes so, dass es durch diverse Übungen nicht zu einer Unterschreitung des Mindestabstandes kommt.
 - o Individualisiertes Training
 - o Nutzung von Outdoortrainingsmöglichkeiten (da hier der Abstand einfacher einzuhalten ist und die Virenlast in der Luft durch Verteilung geringer ist)
 - o Individualtraining oder Kleinstgruppentraining für Risikogruppen

 - c) ggf. Wettkampfbetrieb
 - keine Durchführung von Wettkämpfen im Bereich Zweikampf
 - Im Bereich/Disziplin „Poomsae“ die Möglichkeit von „Online-Wettkämpfen“ (siehe aktuell auch Beispiel von World Taekwondo Europe)
 - Evtl. weitere Online-Wettbewerbe, z.B. in der Disziplin „Bruchtest“

3. Haben Sie ergänzende Hinweise zur Durchführung Ihrer Sportarten?
- Definition von Risikopersonen in der jeweiligen Trainingsgruppe
(z.B. Checkliste):
- ältere Menschen ab 50/60 Jahre
 - Menschen mit Grunderkrankungen
 - Herz-Kreislaufkrankungen
 - Diabetes
 - Atemwegserkrankungen
 - Leber- und Nierenerkrankungen
 - Krebserkrankungen
 - Menschen mit unterdrücktem Immunsystem (Immunschwäche)
 - Menschen, die Medikamente einnehmen, welche die Immunabwehr unterdrücken (Kortison, Medikamente nach Transplantationen)
 - Patienten mit bestimmten Behinderungen
 - Querschnittslähmung
 - angeborene Rückenmarksläsionen
 - usw.
4. Wen haben Sie zur Beratung herangezogen?
- Dr. med. Frank E. Düren, Leitender DTU-Verbandsarzt
- Hinweis vom 23. Juni 2020: Von diesen allgemeinen Übergangsregeln darf durch die DTU-Landesverbände abgewichen werden, wenn es andere rechtliche Bestimmungen der jeweiligen Bundesländer gibt.



Ergänzungen zu den Übergangsregeln für Ihre Sportarten und Disziplinen

Durch die grundsätzliche Eindämmung der Corona-Pandemie in unserem Land ist eine Lockerung der bestehenden Einschränkungen für den Taekwondo-Sport möglich geworden.

Durch die unterschiedlichen, für jedes Bundesland spezifischen Bestimmungen, sind generelle, für das gesamte Bundesgebiet geltende Regelungen nicht mehr zu treffen. Dennoch gelten folgende Regelungen und Empfehlungen unter Berücksichtigung der länderspezifischen Gesetzeslage.

Die „World Taekwondo Guidelines for safe return to competitions and training during COVID-19“ sind nach deren Veröffentlichung zu beachten.

Training:

- Outdoortraining sollte weiterhin einem Hallentraining vorgezogen werden.
- Distanzregeln sind einzuhalten.
- Körperkontakt ist auf ein Minimum zu begrenzen.
- Hygieneregeln sind zu beachten.
- Nutzung von Umkleiden und Duschen nur unter besonderer Beachtung der Abstandsregeln, d.h. Limitierung der Personenzahl zur gleichzeitigen Nutzung.
- Bildung von kleineren Trainingsgruppen.
- Beachtung eventuell bestehender Quadratmetervorgaben pro Sportler.
- Weiterhin gilt Angehörige von Risikogruppen besonders zu schützen.

Wettkämpfe:

- Beachtung der landesspezifischen Regelungen für Veranstaltungen in geschlossenen Räumen und im Freien.
- Die Einhaltung von Abstandsregeln, sowohl unter Sportlern, Coaches, Kampfrichtern als auch zwischen Zuschauern ist zu gewährleisten.
- Persönliche Schutzausrüstung darf nur von jeweils einer Person benutzt werden; eine Weitergabe an andere Sportler hat zu unterbleiben. Das „Protector and Scoring System“ („PSS“) sollte vor und nach der Benutzung desinfiziert und gereinigt werden.
- Mund-Nasenschutz ist von allen Beteiligten stets zu tragen; eine Ausnahme besteht für die Sportler ausschließlich während des Wettkampfes.
- Die lückenlose Nachverfolgung von Kontakten ist zu gewährleisten. Für den eigentlichen Wettkampfbereich ist dies über Start-/Poollisten sowie über Einsatzprotokolle der Kampfrichter möglich. Für den Zuschauerbereich ist dies über Anwesenheitslisten oder auch technische Hilfsmittel, z.B. Corona-Warn-App vom Veranstalter zu gewährleisten.
- Um das Ansteckungsrisiko bei An- und Abreise zu minimieren, sollte diese möglichst nur in Kleingruppen und unter Nutzung des Mund-Nasenschutzes erfolgen, analog zum öffentlichen Personennahverkehr.
- Eine enge Abstimmung mit den regionalen Gesundheitsbehörden hat zu erfolgen.





TAM Leitplanken Das Wichtigste auf einen Blick.

Parken

Die Parkplätze sollten nicht zu Zusammenkünften genutzt werden.
Die Kinder sollten nach Möglichkeit nur gebracht und wieder abgeholt werden.

Hygiene

Allgemeine Hygieneregeln sowie das TAM Hygienekonzept sind zu beachten.

Distanzregeln einhalten

Die Kontaktvermeidung sowie der konsequente Abstand (2-3m) sind einzuhalten.
Der Zutritt zum TAM Leistungszentrum soll nach Möglichkeit einzeln erfolgen.

Bitte in Flur, Umkleide und Aufenthaltsbereich Nasen-Mundschutz tragen.

Aufenthaltsbereich

Zur Kontaktnachverfolgung bitte Kontaktdaten ausfüllen.

Bitte bis zum Sitzplatz Nasen-Mundschutz tragen.

Umkleiden wieder nutzbar

Die Umkleiden können wieder von maximal vier Personen gleichzeitig benutzt werden. Die Duschen bitte einzeln benutzen.

Was kann in die Trainingshalle mitgebracht werden

- Trinkflasche
- Dobok (Taekwondo Anzug) oder Trainingsanzug
- Handtuch
- Nasen-Mundschutz/Behelfsmaske (bitte im Aufbewahrungsbeutel ablegen)
- Hallen-Trainingsschuh / Turnschlappchen

Trainingsgruppen

Bitte nutzt nur die euch zugewiesenen Trainingszeiten/Gruppen.

Körperkontakte müssen außerhalb der Kontaktübungen unterbleiben

Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen verzichten.

TAM Konzept Covid 19 studieren

Dieses findet ihr online auf unserer Homepage www.lztam.de .
Verantwortliche schriftliche Erklärung bitte **erneut** abgeben.

Trainingskonzept für das Außentraining am dem 18.05.2020

- Abstandswahrung am Treffpunkt bis zum Beginn
- Lauftraining unter Einhaltung des Abstandes von mindestens 2m
- Sammlung auf einer großen Freifläche unter Einhaltung des Abstandes von mindestens 2m zur Ausführung der Übungseinheit unter Anleitung
- Zügige Auflösung der Gemeinschaft am Treffpunkt
- Einhaltung der TAM Leitplanken

Trainingskonzept für das Training in der Halle – ab dem 27.05.2020

- Training in Abstand von mindestens 2-3 Metern zwischen den anwesenden Personen/Optische Einteilung der Trainingsflächen
- Sportler betreten einzeln die Trainingsfläche nach Beendigung des Trainings werden die Sportler einzeln verabschiedet
- Bildung kleinerer und immer gleicher Trainingsgruppen
- Keine Gruppenspiele
- Keine Partnerübungen
- Keinen Kampfschrei
- Ab 14.07. auch wieder mit Kampfschrei und Partnerübungen
- Einsatz von anderen Trainingsmitteln zur Vermeidung von Kontakten (Sandsäcken/Wand-Coachings)
- Ab dem 24.06.2020 ist auch ein Training mit Kontakt vorgesehen. Hierbei wird die Trainingsgruppe nicht mehr als 10 Personen betragen.
- Ab dem 14.07.2020 ist auch ein Training mit Kontakt vorgesehen. Hierbei wird die Trainingsgruppe nicht mehr als 30 Personen betragen.
- Ab 03.09. ist auch der Aufenthaltsbereich wieder geöffnet. Auflagen bitte beachten.
Ab 03.09. haben wir wieder Begegnungsverkehr im Aufenthaltsbereich sowie beim Gruppenwechsel. Bitte beim Kommen und Gehen Nasen-Mundschutz tragen.
- Einhaltung der TAM Leitplanken

Besondere Verhaltensregeln zur Teilnahme am Training

- Kontaktvermeidung sowie konsequente Abstandseinhaltung
Der Zutritt zum TAM Leistungszentrum, soll nach Möglichkeit einzeln erfolgen.
Ggf. ist beim Kommen und Gehen Nasen-Mundschutz zu tragen.

Ab 03.09. haben wir wieder Begegnungsverkehr im Aufenthaltsbereich sowie beim Gruppenwechsel. Bitte beim Kommen und Gehen Nasen-Mundschutz tragen.

- Einhaltung des TAM Hygienekonzeptes
- unmittelbares Befolgen der Anweisungen der Trainer, ggfs. Verweis des Trainers zum Verlassen des Trainings
- Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. In den Pausen ist der Abstand ebenfalls einzuhalten.
- **Ab dem 24.06.2020 ist auch ein Training mit Kontakt vorgesehen. Hierbei wir die Trainingsgruppe nicht mehr als 10 Personen betragen.**
- **Ab dem 14.07.2020 ist auch ein Training mit Kontakt vorgesehen. Hierbei wir die Trainingsgruppe nicht mehr als 30 Personen betragen.**

- Was kann mitgebracht werden
 - Trinkflasche
 - Dobok (Taekwondo Anzug) oder Trainingsanzug
 - Handtuch
 - Nasen-Mundschutz/Behelfsmaske (bitte im Aufbewahrungsbeutel ablegen)
 - Hallen-Trainingsschuh / Turnschlappchen

- Einhaltung der TAM Leitplanken

Konzept zur beschränkten Nutzung der Trainingseinrichtungen im Leistungszentrum TAM

- Die Parkplätze sollten nicht zu Zusammenkünften genutzt werden. Die Kinder sollten nur gebracht und wieder abgeholt werden.
Der Trainer steht für einzelne Absprachen immer gerne über Telefon 0160 977 358 29 oder per E-Mail mail@axel-mueller-taekwondo.de zu Verfügung.

- Benutzung der Toiletten unter **strenger Einhaltung des Abstandsgebotes und des TAM Hygienekonzeptes**

- eingeschränkte Benutzung der Umkleieräume, Nutzung nur als Garderobe
(Die Umkleiden können ab dem 01.07.2020 wieder von maximal vier Personen benutzt werden.)

- Benutzung der Duschen nur in einzeln.

- Benutzung der Athletik-Trainingszone nur in kleinen Gruppen

- Benutzung des Trainings-Dummys nur nach Anweisung der Trainer

- Trainingshilfsmittel (z.B. Cochings, Prätzen, Trainingsmatten, Stepper, Markierung Hütchen, Sandsäcke etc.) sind nach Benutzung persönlich zu desinfizieren

- Bitte trainingsbereit im Dobok oder Trainingsanzug erscheinen.

- Nach Möglichkeit sollte mit Hallenschuhen trainiert werden, damit die Fuß Desinfektion entfallen kann.

TAM Hygienekonzept

Hygieneartikel

- Hand-Desinfektionsmittel (wird am Eingang zum TAM Leistungszentrum sowie zur Trainingsfläche bereitgestellt)
- Seife (wird an den Waschbecken bereitgestellt)
- Einmal-Papierhandtücher (wird an den Waschbecken bereitgestellt)
- Desinfektionsmittel sowie Reinigungstücher werden an der Trainingsfläche für Gegenstände, Sportgeräte, Ablageflächen etc. bereitgestellt

Regelmäßiges desinfizieren oder waschen der Hände und ggf. Füße

- Beim Zutritt zum Leistungszentrum TAM
- Nach dem Toilettengang
- Ggf. in der Pause
- Bei Barfußtraining sind auch die Füße zu desinfizieren

Reinigungskonzept für die Trainingseinrichtungen unter Berücksichtigung der Hygienerichtlinien

- Toiletten 1x nach jeder Gruppe gereinigt und desinfiziert (wird im Reinigungsplan festgehalten)
- Türklinken werden 1x nach jeder Gruppe desinfiziert (wird im Reinigungsplan festgehalten)
- Ablage Flächen werden 1x nach jeder Gruppe desinfiziert (wird im Reinigungsplan festgehalten)
- Umkleide (Garderobe), Eingangsbereich und Flur werden 1x täglich gereinigt und desinfiziert (wird im Reinigungsplan festgehalten)
- Duschkabine werden nach Gebrauch (nur einzelnen Fällen) gereinigt und desinfiziert (wird im Reinigungsplan festgehalten)
- Fußboden der Trainingsfläche wird mindestens dreimal pro Woche gereinigt und nach Nutzung desinfiziert (wird im Reinigungsplan festgehalten)
- Sportgeräte werden mindestens einmal pro Woche oder sofort nach Benutzung desinfiziert (wird im Reinigungsplan festgehalten)

Verantwortliche Erklärung zur Beachtung von besonderen Vorsorgemaßnahmen zur Vermeidung des Eintragens des Virus in den Trainingsbetrieb des TAM Leistungszentrums

Name: - _____

Vorname: - _____

Straße / H.-Nr.: - _____

PLZ/ Ort: - _____

Geb.-Datum: - _____

Telefonnummern: - _____

Die Verarbeitung der Daten erfolgt nach den Vorgaben der DSGVO. Die Daten werden vier Wochen nach dem letzten Trainingstermin datenschutzkonform vernichtet.

Hiermit verpflichte ich mich nachfolgend angeführte bes. Verhaltensregeln zur Sicherung des Trainingsbetriebes im Hinblick auf die Corona-Pandemie einzuhalten:

- Einhaltung der Vorschriften der Covid-19 V und der allgemeinen Hygienevorschriften auch außerhalb des Taekwondo,
- eigenverantwortliche Verfolgung von öffentlichen Informationen, Regeln und Hinweisen zur Pandemie,
- Betreiben sonstiger Sportarten und Hobbys gegebenenfalls einschränken soweit sich herausstellen sollte, dass sich Neuinfektionen im Bereich des Breitensports dieser Sportarten häufen,
- Verzicht auf Training bei ersten Symptomen für Covid 19 oder Grippe oder verwandte Krankheiten bei denen sich die Symptome zu Covid 19 – Symptomen ähneln,
- Vermeidung des Aufenthalts in Risikogebieten, wenn nicht vermeidbar, Verzicht auf die Trainingsteilnahme,
- Verzicht auf die Trainingsteilnahme bei drohender aber noch nicht ausgesprochener Quarantäne aus fremder Veranlassung, d. h. aus sonstigem Umfeld,

Ort/Datum: _____

Unterschrift/en:

Sportler: _____ ggfs. Erziehungsberechtigter: _____

B e a u f t r a g t e (r) (1)

Hiermit informieren wir Taekwondo Axel Müller, dass nachfolgende Person als Beauftragte(r) für die Einhaltung der Regelungen der

- 8. Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz (8. CoBeLVO) vom 25. Mai 2020

- Hygienekonzepte für den Sport im Innen- (Leistungszentrum TAM) und Outdoortraining) (in der jeweils gültigen Fassung, siehe § 1 Abs. 8 der v. g. LVO), hier insbesondere der Dokumentation der Trainingsteilnehmer/innen zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten

Ansprechpartner bzw. verantwortlich ist.

Einrichtung: LEISTUNGSZENTRUM TAEKWONDO AXEL MÜLLER

Beauftragte(r):

Name Manuel Hütel

Anschrift Im Mühlenstück 32, 56479 Irmtraut

Tel. 0160 977 358 29

Mail manuelhuetel@yahoo.de

Unterschrift Einrichtung (bitte Name und Funktion angeben) / Datum

Unterschrift Beauftragter / Datum

Beauftragte(r) (2)

Hiermit informieren wir Taekwondo Axel Müller, dass nachfolgende Person als Beauftragte(r) für die Einhaltung der Regelungen der

- 8. Corona-Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz (8. CoBeLVO) vom 25. Mai 2020

- Hygienekonzepte für den Sport im Innen- (Leistungszentrum TAM) und Outdoortraining) (in der jeweils gültigen Fassung, siehe § 1 Abs. 8 der v. g. LVO), hier insbesondere der Dokumentation der Trainingsteilnehmer/innen zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten Ansprechpartner bzw. verantwortlich ist.

Einrichtung: LEISTUNGSZENTRUM TAEKWONDO AXEL MÜLLER

Beauftragte(r):

Name Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.

Anschrift Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.

Tel. Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben.

Mail

Unterschrift Einrichtung (bitte Name und Funktion angeben) / Datum

Unterschrift Beauftragter / Datum