



Hygienekonzept
zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes
im
Budo Zentrum Rottweil e.V.

Gültig ab 22.06.2020

Inhalt

Änderungshistorie	3
Hintergrund.....	4
Kontakt E-Mail	5
Hygienerichtlinie des Budo Zentrum Rottweil e.V.:	5
Grundregeln.....	5
Trainingsbetrieb.....	7
Grundlagen.....	7
Trainingsbetrieb in beiden Dojo	7
Beginn & Ende, Lüftung	8
Trainingsanzahl	8
Tragen von eigenen Mund-Nasen Schutz (MNS).....	9
Kontaktlos.....	9
Waffen	9
Umkleide und WC.....	9
Kontaktloses Training.....	10
Allgemein.....	10
Kata	10
Übungsformen	10
Körperliche Belastung.....	10
Trainingsablauf	11
Trainingsplan (gültig ab 22.06.2020)	12
Externe	12
Risikogruppen	13
Risiken in allen Bereichen minimieren	13
Abschluss	13
Verordnung des Kultusministeriums und des Sozialministeriums über Sportstätten (Corona-Verordnung Sportstätten – CoronaVO Sportstätten)	14
§ 1 Betrieb von Sportanlagen und Sportstätten sowie Tanzschulen und ähnlichen Einrichtungen	14
Fragebogen für Trainingsteilnehmer/innen	16

Änderungshistorie

Version	Datum der Änderung / Verantwortlich	Änderungen
1.0	17.05.2020 / Ströbele	Erstellung
1.0	21.05.2020 / Ströbele	Ergänzung TaiChi
1.0	25.05.2020/Ströbele	Anpassung nach Verordnung des Kultusministeriums und des Sozialministeriums über Sportstätten (Corona-Verordnung Sportstätten) in der ab 2. Juni 2020 gültigen Fassung
1.0	29.05.2020/Ströbele	Ergänzung
1.0	14.06.2020/Ströbele	Anpassung

Das Hygienekonzept befindet sich in einer laufenden Ergänzungsphase, ausgehend der Bund,- Landesverordnung sowie den örtlichen Gesundheitsämtern in Bezug zur aktuellen COVID-19 Pandemie.

Die Funktionäre des Budo Zentrum Rottweil e.V. als auch Externe Gruppen sind verpflichtet, das Konzept in der aktuellen Form den Mitgliedern zu Kenntnis und Information nachweislich vorzulegen.



Hintergrund

Seit dem 15.03.2020 ist ein Vereinssport des Budo Zentrum Rottweil e.V. ausgesetzt.

Als Verein möchten wir alles dafür tun, unter bestimmten Voraussetzungen und Hygienebestimmungen, den Trainingsbetrieb unserer zwei Dojo's sowie den Abteilungen zeitnah wieder aufnehmen zu können.

Dabei wird eine schrittweise Wiederaufnahme angestrebt, die dazu dienen eine Gewöhnungsphase an die strikten Regelungen zu gewährleisten.

Gleichzeitig sehen wir uns auch in der Pflicht, die Pandemie einzudämmen und haben daher entsprechende Hygienemaßnahmen festgeschrieben, die für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes der jeweiligen Abteilungen, als auch der extern trainierenden Gruppen umgesetzt werden müssen – sowohl vereinsseitig, als auch von Trainern, Trainierenden und Angehörigen.

Das Hygienekonzept

dient dazu, einen geordneten Trainingsbetrieb unter den Rahmenbedingungen der Covid19-Pandemie sicherzustellen.

Zielsetzung ist es,

eine Infektion während Trainingsbetriebs sowie vor Beginn und nach dessen Ende zu vermeiden, bzw. im Falle einer möglichen oder nachgewiesenen Infektion die Kontaktkette lückenlos darstellen zu können.

Basis

sind die jeweils aktuellen Verordnungen des Landes bzw. der Kommune und die grundsätzlichen Regelungen des Budo-Zentrums Rottweil.



Kontakt E-Mail

Das Budo-Zentrum hat die zentrale Email-Adresse Corona@budo-zentrum.de eingerichtet. Bei dieser Emailadresse müssen sich Übende, bei denen Covid19 nachgewiesen wurde oder die erfahren haben, dass bei einem ihrer Kontakte der letzten 14 Tage Covid 19 nun aktuell nachgewiesen wurde, und die in den letzten 14 Tagen an einem Training teilgenommen haben, umgehend melden. Dieses Email-Postfach wird tagesaktuell überprüft. Bei einer Meldung werden umgehend die betroffenen Sektionsleiter und Trainingsteilnehmer informiert, bzw. entsprechend der jeweils gültigen Corona-Verordnung gegebenenfalls weitere Stellen wie z.B. Gesundheitsämter.

Hygienerichtlinie des Budo Zentrum Rottweil e.V.:

Grundregeln

1. Begrüßung und Verabschiedung erfolgt ausschließlich mit einer Verbeugung.
2. Verzicht auf alle Partnerübungen
 - a. Trainings finden mit rutschfesten Socken oder mit Sportschuhe ohne Abriebspuren statt.
3. Händedesinfektion direkt am Eingang (Pflicht nach Eintritt in das Dojo)
 - a. Alternativ Händewaschen vor dem Training
4. Nies-Etikette (Niesen in Armbeuge oder Taschentuch)
5. Alle Trainer sind für die Einhaltung der Hygiene einhaltung verantwortlich
 - a. Prüfung Einhaltung Personalhygiene
 - b. Führung der Line-Liste pro Abteilung
 - c. Kenntnisnahme und Information des Hygienekonzept vor Trainingsbeginn
 - d. Verantwortung gegenüber den Mitgliedern ggf. Ausschluss Mitglieder aufgrund nicht Einhaltung der Personalhygiene oder Auffälligkeiten bei der Line-Liste
6. Die bedeutsamen Infektionsherde (Tür/Torgriffe, Wasserhähne) werden nach Gebrauch vom Trainer/Hygienebeauftragten desinfiziert.



7. Kontinuierliche Kontrolle durch den Vorstand:
 - a. Fehlende Einsicht oder nicht Einhaltung der o.g. Richtlinien führen einen Abbruch der Trainingseinheit.
8. Archivierung der Nachweise im unteren Dojo (Ordner).
 - a. Vernichtung persönlicher Daten in Zusammenhang von COVID-19 in den 4-wöchigen Rhythmus durch den 1. Vorstand.
9. Der Trainer/Hygienebeauftragte ist **Erster** und **Letzter** der Trainingsgruppe.
 - a. Fällt ein Trainer aus, so entfällt die Trainingseinheit
10. Die Reinigung des Dojo erfolgt desinfizierend nach jedem zweiten Trainingstag.
(Reinigungskraft)
11. Kein Aufenthalt von Zuschauer (z.B.Eltern)

Trainingsbetrieb

Grundlagen

- a. ca. 200 m² in beiden Dojo
 - i. 5 trainierende mit Laufwegen
 - ii. 20 trainierende ohne Laufwege

- b. max. Trainingszeit: 1,5 h
 - i. 15 Minuten Lüftung der Räumlichkeiten

- c. Beginn / Ende der Trainingszeiten sind festgelegt und **können nicht variiert** werden, unabhängig des weiteren Trainingsbetrieb.
 - i. Kein Trainieren von zwei Gruppen in einer Trainingszeit, unabhängig der Gruppengröße

Trainingsbetrieb in beiden Dojo

- d. Stationstr. 52
 - i. Aikido
 - ii. Karate
 - iii. Ju-Jutsu Trainingsbeginn steht noch aus
 - iv. Capoeira Trainingsbeginn steht noch aus
 - v. Gymnastik Extern
 - vi. Judo Trainingsbeginn steht noch aus

- e. Neckartal
 - i. Kendo
 - ii. Kyudo
 - iii. Gymnastik
 - iv. WTAA Extern
 - v. Taiko Trainingsbeginn steht noch aus
 - vi. TAI-CHI

Beginn & Ende, Lüftung

- f. Ein- und Ausgang erfolgen durch den Haupteingang
- g. Nach dem Training erfolgt eine Komplettlüftung
 - i. Stationstr.
 - 1. Öffnung Tor
 - 2. Öffnung Haupttüre
 - 3. Öffnung der aller Fenster Elemente
 - 4. Öffnung Nebentüre Aufenthaltsbereich
 - ii. Neckartal
 - 1. Öffnung von drei Torelementen
 - 2. Öffnung Haupttüre
 - 3. Öffnung Nebentüre und Zugang Aufenthaltsbereich

Trainingsanzahl

Diese richtet sich nach folgenden Kriterien

- h. **mit Raumwegen**
 - [...] pro Person mindestens 40 Quadratmeter [...]
 - 1. Aikido
 - 2. Karate
 - 3. Capoeira
 - 4. Ju-Jutsu
 - 5. Judo
- i. **mit einer Beibehaltung des individuellen Standorts,**
 - [...] mindestens 10 Quadratmetern pro Person [...]
 - 1. Kyudo
 - 2. Taiko
 - 3. TAI-CHI

Externe: Hier liegt die Verantwortung bei dem jeweiligen Trainer



Tragen von eigenen Mund-Nasen Schutz (MNS)

- j. Trainierende **empfohlen**
- k. Trainer **empfohlen**

Kontaktlos

- l. Abstandregelung von 1,5 Meter (Gültigkeit auch für Trainer)
- m. Der Trainer hat für die Einhaltung der Abstände zu Sorgen
- n. Vor und nach dem Training kein Zusammentreffen in Gruppen

Waffen

- o. Keine Nutzung von allgemeinen Geräten oder Waffen.
- p. Alle persönlichen Waffen oder Geräte zur Ausübung der Kampfkunst / Kampfsportart bleiben beim Waffenträger

Umkleide und WC

- q. Die Umkleidekabinen bleiben geschlossen (Mitglieder kommen direkt in entsprechender Übungskleidung)
- r. Benutzung von WC nur Einzeln möglich

Kontaktloses Training

Allgemein

Kata

- *Eine Kata ist eine Übungsform, die aus stilisierten Kämpfen besteht, welche jedoch gegen imaginäre Gegner geführt werden.*

Übungsformen

- Beruhen in erster Linie auf sogenannten Formen, die **ohne Partnerkontakt** ausgeführt werden. Diese Formen werden waffenlos, oder mit Waffen ausgeführt.
- In zweiter Linie steht eine ganzheitliche Bewegungslehre, die im Rahmen der individuellen Möglichkeiten durch Konzentration, Atemtechnik und Vorstellungskraft die Bewegung des Körpers fokussiert und steuert.

Körperliche Belastung

- Alle Abteilungen verzichtet bewusst auf starke körperliche Belastung, die zu (starkem) Schwitzen oder heftigem Atmen führt und vermeiden jede Interaktion mit den Mitübenden.

Trainingsablauf

- Aufteilung der Gruppe bei mehr als 5 Teilnehmern auf mehrere Trainingseinheiten pro Woche.
 - Die Teilnehmer werden als eine Kohorte gesehen und bilden eine Trainingsgruppe
 - Maximal 5 Teilnehmern pro Trainingsgruppe.
 - Externe Teilnehmer (Probetraining) werden einer Gruppe zugeordnet
 - Das Probetraining kann ausschließlich in der Gruppe / Abteilung stattfinden. Ein "schnuppern" in andere Abteilungen ist derzeit eingestellt.
 - Befreundende Gruppen / Mitglieder anderer Vereine ist derzeit nur unter einer zugeordneten Gruppe möglich.
- Größere Abteilungen teilen sich in Gruppen (mit o.g. Vorgabe) auf.
 - Eine Vermischung der Gruppen ist nicht erlaubt.
- Aufwärmphase, in der die Gelenke und die wichtigsten Muskelgruppen aktiviert und durch Atemübungen die Konzentration gefördert wird.
 - Das Aufwärmen findet ebenso wie das gesamte Training mit ausreichend Abstand zu den Mitübenden statt.
- Im Training wird auf die ruhige, gleichmäßige Bewegung geachtet.
 - Schnelle Bewegungen sollen bewusst vermieden werden.
- Selbstverteidigung ist die Anwendung der Formen und wird definitiv nicht durchgeführt.
- Kampf wird ebenfalls nicht durchgeführt. Jedoch ist es für das Kampftraining möglich mit weiten Abständen, wie auch beim Formenlauf, Koordinationen und Bewegungsabläufe zu üben.
- Korrekturen unter Einhaltung des Mindestabstands und ggf. unter Zuhilfenahme eines Hilfsutensil

Trainingsplan (gültig ab 22.06.2020)

Stationstr.						
Zeit/Tag	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
09:30 - 11:00			Gymnastik 1			
18:30 - 20:00	Aikido	Judo	Ju-Jutsu 1 <i>reserviert</i>	Karate 3	Aikido	
20:30 - 22:00	Karate 1	Capoeira <i>reserviert</i>	Karate 2	Ju-Jutsu 2 <i>reserviert</i>	Ju-Jutsu 3 <i>reserviert</i>	

Neckartal						
Zeit/Tag	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
10:00 - 11:30						Taiko <i>reserviert</i>
15:00 - 16:30						Kyudo
18:30 - 20:00	Wing-Tsung 1	Gymnastik	Wing-Tsung 2	Gymnastik 3	Taiko <i>reserviert</i>	
20:30 - 22:00	Tai-Chi	Kyudo	Kendo 1	Kyudo	Kendo 2	

Externe

- Alle Externen Gruppen die das Budo-Zentrum Rottweil e.V. nutzen, tragen die eigenen Verantwortung und Aufsicht.
- Für Externe gelten die Hygienevorgaben des Budo Zentrum Rottweil e.V.
 - Durch die Zusendung des Hygiene Konzept per pdf über den Vorstand wird die Kenntnisnahmen und Informationsweiterleitung sichergestellt.
 - Das Budo-Zentrum übernimmt keine Haftung oder Verantwortung der jeweiligen Gruppen.

Risikogruppen

- Für Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport aber ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren.
 - Risikogruppe 1 Erwachsene ab dem 50. Lebensjahr
 - Risikogruppe 2 Kinder bis 18 Jahre

Da es nicht möglich ist Kinder in diesem Maße einzuschränken findet Phase kein Kindertraining bis 14 Jahre statt.

Risiken in allen Bereichen minimieren

- Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

Abschluss

Die hohe Anforderung an den Verein besteht darin, dass alle Hygienemaßnahmen umgesetzt werden, um der Pflicht zur Mitwirkung der Eindämmung nachzugehen.

Bei Verstößen gegen die Hygienemaßnahmen seitens der Sportler des Vereins, muss die Teilnahme am Training untersagt werden. Wir gehen davon aus, dass sowohl Sportler, Trainer als auch alle Mitwirkenden alles dafür tun, den Vereinsbetrieb wieder aufnehmen zu können und dennoch das Risiko einer Infektion minimal zu halten und alle entsprechenden Schutzmaßnahmen umzusetzen.

Verordnung des Kultusministeriums und des Sozialministeriums über Sportstätten (Corona-Verordnung Sportstätten – CoronaVO Sportstätten)

Vom 4. Juni 2020

Auf Grund von § 32 Sätze 1 und 2 und § 28 Absatz 1 Sätze 1 und 2 des Infektionsschutzgesetzes vom 20. Juli 2000 (BGBl. I S. 1045), das zuletzt durch Artikel 1 des Gesetzes vom 19. Mai 2020 (BGBl. I S. 1018) geändert worden ist, in Verbindung mit § 4 Absatz 8 Satz 1 der Corona-Verordnung (CoronaVO) vom 9. Mai 2020 (GBl. S. 266), die zuletzt durch Artikel 2 der Verordnung vom 26. Mai 2020 geändert wurde (GBl. S. 325), wird verordnet:

§ 1

Betrieb von Sportanlagen und Sportstätten sowie Tanzschulen und ähnlichen Einrichtungen

(1) Alle öffentlichen und privaten Sportanlagen und Sportstätten, insbesondere Fitnessstudios, Yogastudios sowie Tanzschulen und ähnliche Einrichtungen dürfen zu Trainings- und Übungszwecken nach Maßgabe der Absätze 2 bis 4 betrieben werden. Der erlaubte Betrieb umfasst auch Nebenanlagen, die untergeordnet und für den Betrieb notwendig sind, insbesondere Sekretariat und Toiletten.

(2) Voraussetzung für die Aufnahme des Betriebs im Sinne des Absatzes 1 ist die Wahrung folgender Grundsätze des Infektionsschutzes:

1. während der gesamten Trainings- und Übungseinheiten

a) muss ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen sämtlichen anwesenden Personen durchgängig eingehalten werden, die nicht unter § 3 Absatz 2 Satz 2 CoronaVO fallen; ein Training von Sport- und Spielsituationen, in denen ein direkter körperlicher Kontakt erforderlich oder möglich ist, ist untersagt; dies gilt nicht für Personen im Sinne des § 3 Absatz 2 Satz 2 CoronaVO;

b) sind in geschlossenen Räumen hochintensive Ausdauerbelastungen untersagt;

2. Trainings- und Übungseinheiten

a) mit Raumwegen dürfen ausschließlich individuell oder in Gruppen von maximal zehn Personen erfolgen; dabei muss die Trainings- und Übungsfläche so bemessen sein, dass pro Person mindestens 40 Quadratmeter zur Verfügung stehen;

b) mit einer Beibehaltung des individuellen Standorts, insbesondere Training an festen Geräten und Übungen auf persönlichen Matten, sind so zu gestalten, dass eine Fläche von mindestens 10 Quadratmetern pro Person zur Verfügung steht;

c) beim Tanzen individuell oder in Gruppen von maximal zehn Personen oder bis zu zehn festen Paaren müssen auf einer Fläche stattfinden, die so bemessen ist, dass pro Person oder Tanzpaar mindestens 25 Quadratmeter zur Verfügung stehen; beim Ballett an der Stange müssen sie so ausgeführt werden, dass ein Mindestabstand von 2,5 Metern zwischen den Personen eingehalten wird;

3. die Sport- und Trainingsgeräte müssen nach jeder Benutzung sorgfältig gereinigt oder desinfiziert werden;

4. Kontakte außerhalb der Trainings- und Übungszeiten sind auf ein Mindestmaß zu beschränken; Ansammlungen im Eingangsbereich sind untersagt; die Einhaltung eines Sicherheitsabstands von mindestens 1,5 Metern zu Personen, die nicht unter § 3 Absatz 2 Satz 2 CoronaVO fallen, ist zu gewährleisten; falls Räumlichkeiten, insbesondere Toiletten, die Einhaltung dieses Sicherheitsabstands nicht zulassen, ist die Anzahl der Personen, die die Toiletten gleichzeitig benutzen dürfen, entsprechend zu beschränken;

5. die Nutzerinnen und Nutzer müssen sich bereits außerhalb der Einrichtungen im Sinne des Absatzes 1 umziehen; Umkleiden und Duschräume bleiben geschlossen, es sei denn, ein Wechsel der Kleidung oder die

Nutzung der Duschen ist aufgrund der Sportart oder des Trainingskonzepts, insbesondere Elektro-Muskel-Stimulation, unerlässlich;

6. Textilien, insbesondere Handtücher und Bademäntel, die an die Nutzerinnen oder Nutzer ausgegeben werden, sind nach jeder Nutzerin und jedem Nutzer auszutauschen;

7. die Einrichtung im Sinne des Absatzes 1 muss gewährleisten, dass die erforderlichen Hygiene- und Infektionsschutzmaßnahmen durchgeführt werden können, insbesondere müssen

a) ausreichende Schutzabstände bei der Nutzung von Verkehrswegen sichergestellt werden,

b) ausreichende Gelegenheiten zum Waschen der Hände bestehen und ausreichend Hygienemittel wie Seife und Einmalhandtücher zur Verfügung stehen; sofern dies nicht gewährleistet ist, müssen Handdesinfektionsmittel zur Verfügung gestellt werden,

c) alle gegebenen Möglichkeiten der Durchlüftung aller geschlossenen Räumlichkeiten, die dem Aufenthalt von Nutzerinnen und Nutzern dienen, genutzt werden.

(3) Die Betreiberin oder der Betreiber hat für jede Trainings- und Übungsmaßnahme eine Person zu bestimmen, die für die Einhaltung der in Absatz 2 genannten Regeln verantwortlich ist.

(4) Die Betreiberin oder der Betreiber hat, ausschließlich zum Zweck der Auskunftserteilung gegenüber dem Gesundheitsamt oder der Ortspolizeibehörde nach §§ 16, 25 IfSG, die folgenden Daten bei den Nutzerinnen und Nutzern zu erheben und zu speichern, sofern die Daten nicht bereits vorliegen:

1. Name und Vorname der Nutzerin oder des Nutzers,
2. Datum sowie Beginn und Ende des Besuchs, und
3. Telefonnummer oder Adresse der Nutzerin oder des Nutzers.

Die Nutzerinnen und Nutzer dürfen die Einrichtung im Sinne des Absatzes 1 nur besuchen, wenn sie die Daten nach Satz 1 der Betreiberin oder dem Betreiber vollständig und zutreffend zur Verfügung stellen. Diese Daten sind von der Betreiberin oder dem Betreiber vier Wochen nach Erhebung zu löschen. Die allgemeinen Bestimmungen über die Verarbeitung personenbezogener Daten bleiben unberührt.



Seite 1 von 2

Fragebogen für Trainingsteilnehmer/innen

Mit dem ausfüllen dieses Fragebogens erklären Sie sich bereit, dass die beinhalteten Daten mit dem Zweck zur Minimierung des Infektionsrisikos mit Covid-19 ausgewertet und bis zum Ende der Pandemie archiviert werden.

Der Fragenbogen dient der Verfolgung von Infektionsketten. Das ausfüllen erfolgt bei jedem Training.

Personenbezogene Daten

Datum: _____

Name
Vorname
Geburtsdatum
Adresse
Telefon
E-Mail
Gibt es einen Trainingspartner mit dem Du in einer häuslichen Gemeinschaft lebst? <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja Wenn ja, wer:
Hatten Sie Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2 Fall innerhalb der letzten 14 Tagen? <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja
Bestand in der Vergangenheit die Anordnung einer behördlichen Quarantäne im Zusammenhang mit SARS-CoV-2? <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja Wenn ja, bitte Datum des Ablaufs der Anordnung angeben:
Waren Sie innerhalb der letzten 14 Tage außerhalb Ihres gemeldeten Heimatortes <input type="checkbox"/> Nein <input type="checkbox"/> Ja Wenn ja, bitte aufführen wann und wo:



Seite 2 von 2

Symptom Evaluation (bei ja bitte ankreuzen)

- Fieber
- Husten
- Halsschmerzen

Sollte eine der Fragen mit „JA“ beantwortet werden, muss der Hausarzt konsultiert werden. Ein Training ist bis zur Abklärung nicht möglich.

Ich bestätige die Richtigkeit der Angaben

Rottweil, den

.....
Unterschrift

.....
Abteilung

Trainingsbesuche

..... Datum HDZ Datum HDZ
..... Datum HDZ Datum HDZ
..... Datum HDZ Datum HDZ
..... Datum HDZ Datum HDZ
..... Datum HDZ Datum HDZ
..... Datum HDZ Datum HDZ
..... Datum HDZ Datum HDZ