



## Hygienekonzept zur Wiederaufnahme des Trainings

1. Das Training startet wieder am **08.06.2020** und findet bis auf Weiteres immer **montags** von **18:30 bis 20:00** Uhr statt.
2. Das Training findet nur bei gutem Wetter im Freien und ohne Zuschauer/innen bzw. Besucher/innen statt. Der Trainingsort wird noch festgelegt und bekanntgegeben.
3. Teilnehmen dürfen nur Mitglieder, welche beschwerdefrei sind und keine Symptome haben, welche auf SARS-CoV-2 hinweisen könnten. Wer in den vergangenen zwei Wochen direkten Kontakt zu einer mit SARS-CoV-2 infizierten Person hatte, darf ebenfalls nicht teilnehmen.
4. Auf Fahrgemeinschaften zum Training sollte verzichtet werden.
5. Alle Teilnehmer/innen bringen ihre eigene Ausrüstung mit (Stöcke, etc.). Ein Austausch oder Verleihen der Ausrüstung vor oder während des Trainings ist nicht möglich.
6. Während des Trainings, bei Pausen sowie bei An- und Abreise ist immer ein Abstand von mindestens 1,5 Metern einzuhalten. Sobald die Übungen in Bewegung, also mit freier Schrittarbeit, ausgeführt werden, sollte der Abstand mindestens 3 bis 4 Meter betragen. Dies gilt auch für und zum jeweiligen Trainer.
7. Wir trainieren ausschließlich ohne Kontakt, mögliche Trainingsinhalte sind also z.B. Wirbeln, Karanza, Schattenboxen, Sinawali ohne Partner/in, Basistechniken im Frontalunterricht oder Laufen von Anyos.
8. Wir führen eine Anwesenheitsliste, welche bis auf Weiteres archiviert werden muss.
9. Das Tragen eines Mund-Nase-Schutzes während des Trainings ist nicht notwendig. Der Mund-Nase-Schutz muss aber griffbereit mitgeführt werden, falls z.B. im Falle von Verletzungen der Abstand nicht eingehalten werden kann.