



## Hygienekonzept des JC Nievenheim für die Zeit der COVID 19- Einschränkungen



Beginnend mit dem 15. Juni 2020 (mit Änderungen vom 15. Juli 2020) ist in Nordrhein-Westfalen auch Kontaktsport wieder unter Auflagen erlaubt. Um ein Training in diesem Rahmen durchführen zu können, hat der Judo-Club Nievenheim - abgestützt auf die Vorgaben des Deutschen Judo Bundes und des Deutschen Olympischen Sportbundes - ein Hygienekonzept erstellt. Dieses stellt bis auf weiteres die Grundlage für den Trainingsbetrieb dar. Der Vorstand geht zunächst davon aus das dieses Konzept bis zu den Herbstferien bestand hat. Unser Ziel dabei ist es unseren Sport wieder ausüben zu können und gleichzeitig das Infektionsrisiko mit COVID 19 so gering wie nur möglich zu halten.

Das Training wird an den gewohnten Tagen, Montag und Freitag, stattfinden. Die Teilnahme ist freiwillig. Um die Abstandsregeln einhalten zu können, können gleichzeitig nur 30 Judoka in der Halle trainieren. Für jedes Trainingspaar stehen dabei 12 Quadratmeter Mattenfläche zur Verfügung. Die Trainingsfläche darf von den Trainierenden nur am Ende des Trainings verlassen werden.

Allgemein gilt: Wer sich krank fühlt oder Erkältungssymptome hat bleibt bitte zu Hause! Wenn die Trainer bei einem Trainingsteilnehmer Krankheitssymptome feststellen, müssen sie denjenigen bitten die Matte und die Halle zu verlassen (bei Minderjährigen: Abholung durch die Eltern) und das auch dokumentieren. Bitte habt Verständnis dafür, eure Gesundheit ist uns wichtig.

Damit das Infektionsrisiko so gering wie möglich ist, gibt es eine Reihe von Maßnahmen die unbedingt einzuhalten sind:

- **Feste Trainingsgruppen**  
Vor Beginn des Trainingsbetriebes müssen feste Trainingsgruppen gebildet werden, die ausschließlich miteinander trainieren. Ein Wechsel der Gruppen zwischendurch ist leider nicht möglich. Wohngemeinschaften (Geschwister) sind zu berücksichtigen.
- **Keine Nutzung der Umkleiden und Duschen**  
Die Judoka müssen umgezogen zur Trainingsstätte kommen. Nur noch die Judojacke kann dann vor Betreten der Matte angelegt werden. In der Halle müssen neben der Matte unbedingt Schlappen oder Socken getragen werden. Besuche der Toilette bitte nur in Absprache mit den Trainern.

- **Maskenpflicht**  
Beim Betreten der Halle ist Mundschutz zu tragen. Dieser ist erst beim Betreten der Matte abzulegen und nach Verlassen der Matte unverzüglich wieder anzulegen.
- **Hygiene und Handdesinfektion**  
Am Mattenrand befindet sich ausreichend Handdesinfektionsmittel. Vor dem Betreten der Matte muss jeder Judoka sich die Hände desinfizieren. Nach Verlassen der Matte muss erneut eine Handdesinfektion erfolgen.
- **Betretten und Verlassen der Halle**  
Um die Kontakte so gering wie möglich zu halten kann die nächste Trainingsgruppe die Halle erst betreten, wenn die vorherige Gruppe die Halle verlassen hat. Zum Betreten der Halle ist der gekennzeichnete Eingang auf der Rückseite der Halle zu benutzen, die Abstandsregeln sind vor dem Eingang einzuhalten. Die Halle wird über einen anderen Zugang verlassen, damit sich die Gruppen nicht begegnen.
- **Keine Zuschauer**  
Wir freuen uns immer, wenn bei unserem Training zugeschaut wird. In der Zeit in der die Hygienemaßnahmen gelten ist dies leider nicht möglich. Um die Abstandsregeln einzuhalten und die Anzahl der Personen auf ein Minimum zu begrenzen dürfen bis auf weiteres keine Zuschauer dabei sein.
- **Desinfektion**  
Nach jedem Training werden die Matten mit Flächendesinfektionsmitteln behandelt. Auch die Türen und Türklinken der zur Verfügung stehenden Toiletten werden ebenfalls nach jedem Training desinfiziert.

## **Trainingszeiten**

Um möglichst vielen Paaren ein Training zu ermöglichen haben wir die Trainingszeiten verändern müssen. Die drei Trainingszeiten haben wir wie folgt aufgeteilt:

**Trainingsgruppe 1: 16:45 - 18:00 Uhr**

**Trainingsgruppe 2: 18:15 - 19:30 Uhr**

**Trainingsgruppe 3: 19:45 - 21:00 Uhr**

Meldet euch bei uns damit wir versuchen können euch eurer Wunschzeit zuteilen können. Diese bleibt dann vorerst eure Trainingszeit.

Beim Beginn des Trainings wird die Trainingsgruppe von einem Trainer in die Halle gelassen und die Judoka gehen dann zum zugeteilten Mattenbereich. Am Ende des Trainings verlassen die Judoka auf Anweisung der Trainer nacheinander die Halle über den gekennzeichneten Ausgang mit zeitlichem und räumlichem Abstand.

Wir hoffen auf euer Verständnis und werden in Abstimmung mit dem DJB und dem DOSB regelmäßig überprüfen ob die Maßnahmen weiterhin Bestand haben, geändert oder aufgehoben werden können.

Euer Vorstand und Trainerteam vom Judo-Club Nievenheim