



PSV Kamenz –Siedlungsweg 2c, 01917 Kamenz

Fax: 03578 / 70 36 76

E-Mail: vorstand@psvkamenz.de

11. Juni 2020

Hygienekonzept des PSV Kamenz zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes

Wir dürfen wieder in den regulären Trainingsbetrieb starten, allerdings unter einigen Hygieneauflagen. Der Vorstand des PSV Kamenz hat in Abstimmung mit den Übungsleitern folgendes Konzept erarbeitet:

Zu beachtende Regelungen:

Nur wer selbst und in der Familie keine Krankheitssymptome hat, darf freiwillig zum Training kommen.

Beim Betreten und Verlassen der Sporthalle sind im Vorraum die Hände zu desinfizieren.

Auf einen Mindestabstand von 1,5m ist, wo immer möglich, zu achten.

Die Übungsleiter protokollieren die Anwesenheit bei allen Trainingseinheiten.

Individuelle Nutzer des Kraftraums protokollieren ihre Trainingszeit in einer aushängenden Liste.

Alle Sportler der Trainingsgruppen U7, Judo U11, Judo U13 und Ju-Jitsu-Kinder kommen in Sportsachen.

Von diesen Sportlern werden die Umkleieräume nicht genutzt - Duschen zu Hause.

Sportler älterer Trainingsgruppen wird empfohlen, auch in Sportsachen zum Training zu kommen.

Falls diese älteren Sportler die Umkleieräume benutzen, achten sie selbständig darauf, den Mindestabstand von 1,5m unbedingt einzuhalten.

Zuschauern / Begleitpersonen / Eltern ist der Zugang zur Halle nicht gestattet.

Es trainieren maximal 10 Sportler im Kraftraum / 20 Sportler in kleiner Halle / 30 Sportler in großer Halle.

Sportler kommen immer mit sauberem Judogi / Trainingsbekleidung zum Training.

Bei Husten / Niesen soll man möglichst die Matte verlassen aber immer von Mittrainierenden wegdrehen.

Alle Sportler verlassen die Sporthalle unmittelbar nach dem Training.

Alle Trainingsgeräte sind nach dem Training zu reinigen.

Nach jeder Trainingseinheit ist eine Stoßbelüftung durchzuführen bzw. die Fenster immer offen lassen.

Für Kraftsport/Fitness gilt:

Körperkontakte sind zu vermeiden & wo immer möglich ist ein Abstand von 1,5m zu wahren.

Für Kampfsport gilt:

Körperkontakte sind zu minimieren.

Tatami-Etikette wird eingehalten (nur barfuß auf Matte & mit Schuhe/Latschen außerhalb der Matte).

Partnerwechsel während einer Trainingseinheit sind zu minimieren.

Während der Übergangszeit sollte vorrangig Kyu- und Techniktraining angeboten werden.

Bei Trainingsgruppenwechsel wird die Trainingszeit verkürzt (für Personalwechsel und Belüftung).

Die gesamte Mattenfläche wird 1x wöchentlich desinfiziert.

Zum Hygienebeauftragten hat der PSV Kamenz den Sportfreund Andreas Siedler benannt.