

# Wiederaufnahme des Sportbetriebs

bei der Kampfsportgemeinschaft Ennepe-Ruhr-Süd e.V.



Liebe Mitglieder, liebe Eltern,

die kommenden Wochen und Monate werden für uns alle eine große Herausforderung werden, aufgrund der besonderen Situation.

Insbesondere werden für die erste Zeit und bis auf Weiteres einige Einschränkungen beim Sportverkehr gelten, die im Sinne Eurer Gesundheit leider unumgänglich sind. Für diese bitten wir Euch bereits an dieser Stelle um Euer Verständnis! Dazu gehört leider auch, dass bis zu den Sommerferien die Einheiten dienstags, 16.30Uhr-17.30Uhr (Frau Kosten) sowie donnerstags, 17.00-18.00Uhr (Frau J. Möller) und freitags, 19.00-20.30Uhr (Frau A. Möller) nicht stattfinden können.

Damit wir alle nach der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs unseren Sport so sicher wie möglich betreiben können, haben wir für Euch die wichtigsten Hygiene- und Verhaltensregeln zusammengestellt:

## **1 Was muss ich beachten, bevor ich zum Training gehe?**

- Bitte bleibt unbedingt zuhause, wenn ihr Euch nicht wohl fühlt, wenn ihr Erkältungssymptome wie z.B. Husten, Schnupfen, schwere Atmung oder erhöhte Körpertemperatur / Fieber habt! Ebenso, falls ihr in den letzten 14 Tagen Kontakt zu Personen hattet, bei denen eine Infektion nachgewiesen wurde.
- Solltet ihr zu einer Risikogruppe gehören, so haltet bitte Rücksprache mit Eurem Hausarzt, bevor ihr wieder mit dem Training bei uns beginnt.
- In Eurer Tasche sollten sich immer mindestens Sport- oder Turnschuhe, ausreichend Taschentücher, Seife und ein sauberes Handtuch befinden. Diese Dinge sind wichtig, um am Training teilnehmen zu können, siehe Punkt 3.

## **2 Was muss ich beachten, wenn ich das Sporthallengebäude betrete?**

- Bitte wartet vor der Sporthalle am Haupteingang, bis ihr von Euren Trainerinnen und Trainern hineingebeten werdet. Sie zeigen Euch auch, über welchen Weg genau ihr in die Halle hinein- bzw. hinauskommt. Bitte haltet dabei stets den gebotenen Abstand von mindestens 1,5 Metern zueinander.
- In NRW müssen Menschen ab 6 Jahren Mund und Nase bedecken. Wir möchten Euch daher bitten, beim Betreten des Gebäudes ab diesem Alter Eure Mund-Nasen-Maske aufzusetzen und das Gebäude hintereinander zu betreten. Beim Betreten des Hallenraums könnt ihr die Maske wieder abnehmen, solltet diese aber bei Euch halten.
- Eltern und Besucher müssen wir vorerst bitten, das Gebäude nicht zu betreten. Bei Kindern bis 13 Jahren darf maximal ein Elternteil in das Gebäude. Es muss sich in einem von den Trainern zugewiesenen Bereich aufhalten und dabei eine Mund-Nasen-Maske tragen.
- Die Umkleieräume und Duschen werden wir vorerst in Eurem Interesse nicht benutzen, da wir eine stetige und ausreichend desinfizierende Reinigung der Räume nicht gewährleisten können. Bitte kommt daher bereits in Sportkleidung zur Sporthalle.
- Bis auf Weiteres soll sich niemand barfuß in der Halle aufhalten. Ihr müsst Eure Straßenschuhe im Vorraum gegen Sport- oder Turnschuhe wechseln! Eure Sporttasche nehmt ihr bitte mit in die Sporthalle und legt sie am Rand ab.

### **3 Was muss ich beachten, bevor das Training losgeht?**

- Bitte wascht Euch immer vor Beginn und nach Beendigung des Trainings unbedingt die Hände sorgfältig mit Eurer mitgebrachten Seife und trocknet sie sorgfältig mit den vorgehaltenen Papiertüchern oder Eurem mitgebrachten Handtuch ab. Dasselbe gilt auch für Toilettengänge!
- Es sollte sich nicht mehr als eine Person gleichzeitig in der Toilette aufhalten.
- Eure Trainerinnen und Trainer werden bis auf Weiteres zu jeder Trainingseinheit Eure Anwesenheit notieren und auch die Anwesenheit des Elternteils.
- Außerdem werdet ihr auf die wichtigsten Regeln hingewiesen und auch darauf, dass ihr nur in gesundem Zustand am Training teilnehmen dürft (siehe oben)!
- Wollt ihr Eure Trainer etwas fragen oder mit ihnen sprechen, so setzt bitte hierzu Eure Mund-Nasen-Maske auf und haltet den gebotenen Abstand.
- Die Geräteräume in der Sporthalle werden wir vorerst nicht nutzen. Ob wir vereinseigene Spielgeräte herausgeben, werden wir vor Ort entscheiden. Für den Fall, dass dies passiert, dürfen diese nicht ungereinigt in unsere Materialkisten zurück. Bitte legt sie daher an die von Euren Trainern bestimmte Stelle, damit wir sie reinigen können.

### **4 Was muss ich während des Trainings beachten?**

- Fenster und Türen in der Halle und den Innenräumen müssen geöffnet bleiben, um eine ausreichende Belüftung sicherzustellen!
- Bitte berührt in der Sporthalle und auch in den Nebenräumen so wenig Gegenstände wie möglich. Falls doch notwendig, benutzt hierzu ggf. Papier- oder Eure mitgebrachten Taschentücher.
- Wir haben das Training so umgestellt, dass wir uns in den Einheiten so wenig wie möglich nahekomen.
- Während des Trainings haben wir für den Individualteil einen Mindestabstand von 2 Metern zueinander festgelegt, den ihr bitte stets beachten müsst. Eure Mund-Nasen-Maske müsst ihr dabei nicht aufsetzen.
- In einigen Fällen kommen wir uns bei bestimmten Übungsteilen näher als 2 Meter. Hier werden Euch Eure Trainer instruieren, ob ihr für eine sehr kurze Zeit eine Mund-Nasen-Maske aufziehen solltet oder nicht. Habt ihr diesbezüglich Bedenken, so teilt uns das bitte umgehend mit.
- Während des Trainings solltet ihr Euch nicht ins Gesicht fassen, erst nach dem Händewaschen. Wir werden hierzu ausreichend Pausen anbieten.
- Solltet ihr husten oder niesen müssen, dann bitte in ein Taschentuch oder in Eure Armbeuge. Das Taschentuch danach bitte sofort entsorgen. Bitte nicht in die Hand und auf keinen Fall frei in den Raum!

### **5 Was muss ich nach dem Training beachten?**

- Nach dem Training setzt bitte eure Mund-Nasen-Maske auf und verlasst einzeln und mit Abstand zueinander die Halle über den Weg, den Euch Eure Trainer zeigen.
- Sollte draußen eine andere Sportgruppe warten, dann achtet bitte auch beim Hinausgehen auf ausreichend Abstand.

Wir weisen darauf hin, dass trotz allergrößter und gewissenhafter Bemühungen, die Möglichkeit einer Infektion nicht komplett ausgeschlossen werden kann. Daher erfolgt die Teilnahme an unserem Training stets auf eigene Verantwortung.

Bitte unterstützt uns dabei, dass wir alle gesund bleiben!



## Erklärung der / des Teilnehmers/In bzw. des Elternteils:

Ich, \_\_\_\_\_,

habe die Vorgaben zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs der KSG gelesen, nachvollzogen und stimme in allen Punkten zu. Über mögliche Restrisiken bin ich ausreichend aufgeklärt worden.

Ich versichere, dass ich / mein/e Kind/er

\_\_\_\_\_ nur in symptomfreiem Zustand am Training teilnehme(n) / teilnimmt.

Ich versichere des Weiteren, die von Stadtverwaltung Schwelm und Kampfsportgemeinschaft EN-Süd e.V. für die Zeit von Corona vorgegebene Hygiene- und Verhaltensregeln zu befolgen und einzuhalten\*.

\_\_\_\_\_  
Datum / Unterschrift

\* Bitte habt Verständnis, wenn unsere Trainer zum Schutz aller anwesenden Personen die Weisung haben, Widerhandlungen zu sanktionieren und die betreffenden Personen vom Training auszuschließen.