

ENTWURF Hygieneregeln für Ju-Jutsu-Breiten- und Leistungssport, im SV Kumhausen

Entsprechend der Handlungsempfehlungen des BLSV mit Stand 14.07.2020

Allgem. Regeln für Hallennutzung (Bewegungsraum) / Trainingsflächen:

Die max. Anzahl der zulässigen Personen (inkl. Trainer) im Bewegungsraum orientiert sich an der Hallengröße (12 x 24 m = ca. 288 m²) und wird individuell entsprechend der Räumlichkeiten der Indoor-Sportstätte ermittelt. Die maximale Teilnehmerzahl für die Abteilung Ju-Jutsu ist unter Punkt „Spezielle Regeln Ju-Jutsu“ definiert. In der einzelnen Räumlichkeit der Sportstätte findet zeitgleich nur eine Trainingseinheit statt.

- Nach dem Training sind benutzte Trainingsflächen und auch Trainingsgeräte (Pratzen, Matten, usw.) zu reinigen / desinfizieren.
- Aushang der Hygienebestimmungen gut sichtbar vor der Trainingshalle.
- Der Bewegungsraum wird vor Trainingsbeginn durch Öffnen der Außentüren und Fenster permanent gelüftet um für einen bestmöglichen Luftaustausch zu sorgen.
- Möglichst gute Durchlüftung der Sporthalle / Trainingsraum - Prinzip der offenen Türen. Regelmäßiges Lüften ist zwingend vorzusehen. Zwischen verschiedenen gruppenbezogenen Trainingseinheiten und -kursen ist die Pausengestaltung so zu wählen, dass ein vollständiger Frischluftaustausch stattfinden kann.
- Keine Nutzung von Umkleidekabinen und Nassbereichen in geschlossenen Räumlichkeiten.
- Keine Nutzung von Gesellschafts- und Gemeinschaftsräumen an den Sportstätten.

Regeln für Sportler:

- Die Trainingsteilnehmer kommen bereits mit dem Ju-Jutsu-Gi (Trainingsanzug) in die Halle.

Empfehlung: Es soll über dem Gi ein Jogging getragen werden um eine Verschmutzung des Gi's zu vermeiden. Dieser wird vor Trainingsbeginn in der Halle ausgezogen und in der eigenen Trainingstasche verwahrt.

Empfehlung: Da evtl. die Matten nicht immer verwendet werden, sind für das Training Hallen- oder Mattenschuhe mitzubringen.

- Zur Vermeidung von Verwechslung der Getränkeflaschen sind diese mit dem Namen zu markieren. Es darf nur Wasser oder Wasser mit z.B. Magnesium, Vitamin C, Calcium verwendet werden.
- Die Trainingsteilnahme nur ohne jegliche Krankheitssymptome – Befragung erfolgt vor der Trainingsteilnahme.
Achtung: Es besteht **Mitteilungspflicht** durch den Sportler!
- Ausschließliche Verwendung von persönlichem Trainingsgerät (z.B. Waffen, Schutzausrüstung, Gymnastikmatten, etc.)
- Vor jedem Training sind die Hände gründlich zu waschen und zu desinfizieren. Empfehlung: möglichst eigenes persönliches Desinfektionsmittel zur Trainingsausrüstung mitführen.
- Ausnahme Niesregel: ein Niesen oder Husten erfolgt **nicht** in die Armbeuge eines Gis, mit dem man ggf. kurz darauf den Hals/Kopf eines Partners umschließt, sondern in die Hände, die daraufhin **sofort** gewaschen und desinfiziert werden.
- Außerhalb der Trainingsfläche wird nicht barfuß gelaufen – bereits Bestandteil der Ju-Jutsu Etikett Regel.
- Für den Trainingstag werden nur ein frisch gewaschener Gi und gereinigte Schutzausrüstung / Waffen verwendet.
- **Bei Nichtbeachtung der Hygienebestimmungen erfolgt ein sofortiger Ausschluss von Sportlern für die Trainingseinheit.**

Spezielle Regeln Ju-Jutsu:

- Für Kampfsportler im Breiten- und Leistungssport (Bundes- und Landeskaderathleten) ist der Trainingsbetrieb wieder mit Kontakt erlaubt
- Im allgem. Trainingsbetrieb (Breitensport) können Gruppen mit max. 5 Teilnehmern gebildet oder nur paarweise trainiert werden. Diese Gruppen / Paare sind möglichst mit demselben Teilnehmerkreis / Partner zu organisieren.
- Ein Trainer kann gleichzeitig auch mehrere Gruppen (5 Personen) „kontaktlos“ trainieren. Zwischen den einzelnen 5er-Gruppen muss der Abstand mind. 2 m betragen.

- Die Maximalanzahl wird für die jeweilige Sportstätte ermittelt, indem ein ständiger Mindestabstand von 2 m zwischen den sich bewegenden Paaren zugrunde gelegt wird (Richtwert: mindestens 16 m² pro Paar bei Ju-Jutsu in Bewegung).
- Die Begrenzung der Teilnehmeranzahl für Ju-Jutsu im Bewegungsraum wird entgegen einer max. möglichen Teilnehmerzahl von 36 Personen auf 27 Personen (13 Paare + Trainer) festgesetzt. Die Anzahl der Teilnehmer ergibt sich aus der Hallengrundfläche abzgl. Sicherheitsabstand 1m zu den Wandflächen und dem Mindestabstand zu den einzelnen Paaren (mind. 2m):
 - Grundfläche 288m² - Sicherheitsfläche von der Wand 1m= 220m²
 - Trainingsfläche je Paar 4x4m = 16m²
 - Anzahl Paare $220\text{m}^2 / 16\text{m}^2 = 13,75$ Paare (27,5 Teilnehmer)
- Die Trainingsteilnahme bei Jugendlichen, erfolgt durch Nachfrage/Freigabe die Erziehungsberechtigten durch schriftliche Bestätigung.
- Das Training findet ohne Zuschauer (z.B. Eltern) statt
- Bei Trainingsangeboten sollte darauf geachtet werden, dass die Teilnehmer einem festen Kreis zugeordnet bleiben, der möglichst von einem festen Trainer betreut wird. Jede Trainingsgruppe / Kleingruppe wird möglichst immer vom gleichen Trainer betreut
- Trainingszeiten werden auf 120 Minuten begrenzt mit einer Zwischenpaust von 10 - 15 Minuten.
- Längere Trainingszeiträume (>120 Minuten) sind nach einer Stunde mind. 10 Minuten zu unterbrechen und für eine entsprechende Durchlüftung der Räumlichkeiten zu sorgen. Es können mehrere Trainingseinheiten mit entsprechende Pausen angehängt werden.
- Für Duo: Verzicht auf Wettkampfübungen (Kämpfe mit anderen Paaren). Feste Trainingspaare, die ansonsten mit keiner weiteren Person trainieren (grundsätzlich das Duopaar), kein Wechsel, wenn z.B. durch 3 Personen 2 Wettkampfpaare gestellt würden.
- Für Fighting: Bildung fester Trainingsgruppen, -paare. Grundsätzlich soll zwischen Trainer und Athleten ein Mindestabstand von 1,5 m stets eingehalten werden. Jeweils 2 aktive Teilnehmer (ein Trainingspaar) dürfen den Mindestabstand unterschreiten, wobei der Mindestabstand zwischen unterschiedlichen Paaren (2 m) stets eingehalten werden sollte. Die Paare für das jeweilige Training sollen idealerweise über einen möglichst langen Zeitraum unverändert bleiben. Somit hat

jeder Athlet nur Kontakt mit max. 1 Person und im Idealfall während aller Trainingseinheiten nur zu der gleichen Person.

- Um eine Kontaktpersonenermittlung im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19-Falles unter den Athleten oder Trainern zu ermöglichen, ist eine Dokumentation mit Angaben von Namen und sicherer Erreichbarkeit (Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse bzw. Anschrift) einer Person je Hausstand und Zeitraum des Aufenthaltes zu führen.
- Eine Übermittlung dieser Informationen darf ausschließlich zum Zweck der Auskunftserteilung auf Anforderung gegenüber den zuständigen Gesundheitsbehörden erfolgen. Die Dokumentation ist so zu verwahren, dass Dritte sie nicht einsehen können und die Daten vor unbefugter oder unrechtmäßiger Verarbeitung und vor unbeabsichtigtem Verlust oder unbeabsichtigter Veränderung geschützt sind. Die Daten sind nach Ablauf eines Monats zu vernichten. Die Sportanlagennutzer sind bei der Datenerhebung entsprechend den Anforderungen an eine datenschutzrechtliche Information gemäß Art. 13 der Verordnung (EU) 2016/679 in geeigneter Weise über die Datenverarbeitung zu informieren. Zusätzlich sind im Leistungssport die entsprechenden Listen je Training nach jedem Training an die zuständige Leistungssportkoordinatorin zu senden oder direkt in einem Ordner in der Cloud des Ressort Leistungssport zu speichern und entsprechend nach 4 Wochen zu löschen
- Das Tragen eines Nase-Mund-Schutzes ist auf der Matte freigestellt. Die Nutzung außerhalb der Matte (z.B. der Weg aufs WC, Abstellen von Sportgerät wie Matten) ist vorgeschrieben
- Geringe Nutzung von Sanitäranlagen durch Trainingseinheiten von max. 120min