



## Hygienekonzept Judo , WTB Essen Werden

**Trainingsort:** Ludgerusschule, Kellerstr.

### Trainingszeiten:

- **Montags, 17:00 bis 18:30**, Jugendliche / Fortgeschritten , Alter von 9-15 Jahren, w/m, Teilnehmerzahl ca. 10 Judoka
- **Montags, 18:30 bis 20:00**, Jugendliche, Erwachsene /Fortgeschritten , Alter von 15-60 Jahren, w/m, Teilnehmerzahl ca. 8-10 Judoka
- **Freitags, 15:00 bis 16:15** , Kinder Anfänger , Alter von 6-11 Jahren, w/m, Teilnehmerzahl ca. 15-20 Judoka
- **Freitags, 16:15 bis 18:00** , Jugendliche / Fortgeschritten , Alter von 9-18 Jahren, w/m, Teilnehmerzahl ca. 10 – 18 Judoka

### Organisatorische Maßnahmen:

- Die An- und Abreise zum Training erfolgt möglichst im Judoanzug (wenn möglich auf die Nutzung der Umkleidekabinen verzichten). Über dem Judoanzug wird bis in die Trainingshalle ein Trainingsanzug getragen.
- Beim Betreten und Verlassen der Halle und bei Begegnungen mit anderen Personen oder Gruppen ist der Mindestabstand von 1,5 m einzuhalten.
- Gegebenenfalls ist bis zur Trainingshalle und auf dem Weg aus der Halle ein Mund-Nasenschutz zu tragen.
- Vor dem Training werden die Hände gewaschen und desinfiziert.
- Die Teilnahme am Training ist immer freiwillig!
- Beim Training sollten kleine Trainingsgruppen gebildet werden. Es dürfen maximal 30 Personen am Training teilnehmen.
- Eltern sollten sich während der Trainingszeiten nicht in der Halle aufhalten.
- Das Training findet möglichst mit festem Partner (1:1-Training).
- Desinfektion der Matten nach jedem Training durch die Trainingsteilnehmer (Sprühflasche und Tuch).
- Zwischen zwei Trainingseinheiten sollte eine Pause von mindestens 15 Minuten liegen, um einen kontaktlosen Gruppenwechsel zu ermöglichen.
- Vor dem ersten Training ist ein Risiko-Fragebogen durch die Teilnehmer bzw. Erziehungsberechtigten auszufüllen. Diese Fragebögen sollten aufbewahrt werden.
- Zu jedem Training ist ein Trainingsprotokoll (Teilnehmerliste) zu führen, um bei Bedarf die Infektionskette verfolgen zu können. Die Teilnehmerlisten vier Wochen aufzubewahren.
- Während des Trainingsbetriebes ist für eine ausreichende Durchlüftung der Halle zu sorgen! (Die Eingangstüren sind offen zu halten und alle Oberlichter sind zu öffnen).
- Um den kontaktfreien Wechsel der Trainingsgruppen zu gewährleisten und um Zeit für die erforderliche Desinfektion der Mattenfläche zu gewinnen, wird die Trainingszeit der 1. Gruppe um 10 Minuten verkürzt, die 2. Gruppe beginnt ihr Training 10 Minuten später.



#### **Zeitlicher Ablauf Montags:**

- Vor 17:00 : Anreise zur Halle Gruppe1
- 17:00 - 17:15 : Gemeinsames Aufbauen der Mattenfläche
- 17:15 - 18:20 : Training Gruppe 1
- 18:20 - 18:30 : Gemeinsames Desinfizieren der Mattenfläche, Stoßlüftung der Halle durch zusätzliches Öffnen der Fluchttüre.
- 18:30 - 18:35 : Verlassen der Halle durch Gruppe 1.
- Vor 18:15 : Anreise zur Halle Gruppe 2
- 18:35 - 18:40 : Betreten der Halle durch Gruppe 2
- 18:40 - 19:50 : Training Gruppe 2
- 19:50 - 20:00 : Desinfizieren der Mattenfläche
- 20:00 - 20:10 : Abbau der Mattenfläche
- 20:10 : Verlassen der Halle durch Gruppe 2

#### **Zeitlicher Ablauf Freitags:**

- Vor 15:00 : Anreise zur Halle Gruppe1
- 15:00 - 15:15 : Gemeinsames Aufbauen der Mattenfläche
- 15:15 - 16:15 : Training Gruppe 1
- 16:15 - 16:30 : Desinfizieren der Mattenfläche durch die Trainer, Stoßlüftung der Halle durch zusätzliches Öffnen der Fluchttüre.
- 16:15 - 16:20 : Verlassen der Halle durch Gruppe 1.
- Vor 16:00 : Anreise zur Halle Gruppe 2
- 16:20 - 16:25 : Betreten der Halle durch Gruppe 2
- 16:25 - 17:50 : Training Gruppe 2
- 17:50 - 18:00 : Desinfizieren der Mattenfläche
- 18:00 - 18:10 : Abbau der Mattenfläche
- 18:10 : Verlassen der Halle durch Gruppe 2