

## **Konzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs beim ACN Niedernhausen (Stand: 02.06.2020)**

### **Ausgangslage**

Der Trainingsbetrieb ist in Hessen seit dem 09. Mai 2020 unter Beachtung von bestimmten Abstands- und Hygieneregeln wieder erlaubt. Das Training muss insbesondere kontaktlos und unter Einhaltung eines Mindestabstandes von 1,50 m zwischen den Teilnehmer/innen erfolgen. Weitere Einzelheiten zu den Abstands- und Hygieneregeln können der Anlage 1 (Schreiben des Aikido-Verbandes Hessen vom 09. Mai 2020) entnommen werden.

Der Rheingau-Taunus-Kreis hat die Sporthalle der Theißtalschule Niedernhausen (TTS) für den Trainingsbetrieb der Vereine ab dem 03. Juni 2020 wieder freigegeben. Bedingung ist die Einhaltung der gesetzlichen Vorgaben und eines strikten Hygieneplans (siehe Anlage 2). Zudem sind die Vereine verpflichtet, ergänzend hierzu einen sportartspezifischen Hygieneplan zu erstellen und diesen auf Anforderung dem Rheingau-Taunus-Kreis vorzulegen. Sollten die Hygieneregeln nicht eingehalten werden, erhält der betreffende Verein ein Nutzungsverbot.

Das nachfolgende Konzept des Aikido-Clubs Niedernhausen (ACN) basiert auf der Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung des Landes Hessen in der Fassung vom 07. Mai 2020, den Leitplanken des Deutschen Olympischen Sportbundes zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs (einschließlich den zusätzlichen Regelungen für den Hallensport) sowie dem oben genannten Hygieneplan des Rheingau-Taunus-Kreises (Stand: 28.05.2020).

### **Trainingsformen**

Der ACN bietet auf Grundlage der oben genannten Regelungen bis auf Weiteres in der Sporthalle der TTS ausschließlich folgende Trainingsangebote an:

#### a) Kontaktloses Waffentraining

Insgesamt trainieren maximal 20 Aikidoka in der Sporthalle (ohne Matten) oder im Freien mit dem Bokken (Holzschwert, etwa 1,0 Meter lang) oder mit dem Jo (Holzstab, etwa 1,30 Meter lang). Dabei werden nur Bewegungsformen ohne Partner eingeübt. Das Waffentraining wird durch ein Aufwärmtraining sowie aikidospezifische Bewegungsübungen (Sabaki, Kata ohne Partner o.ä.) ergänzt. Die Aikidoka stehen dabei immer in einem Abstand von mindestens drei Meter voneinander entfernt.

Bei einer Größe eines Hallendrittels von ca. 14 m x 27 m (= 378 m<sup>2</sup>) stehen somit jedem Teilnehmer mindestens 18,9 m<sup>2</sup> Hallenfläche zur Verfügung.

b) Kontaktlose Fall- und Bewegungsübungen auf Matten

Es trainieren insgesamt maximal 20 Aikidoka in der Sporthalle auf Matten. Jeder Aikidoka führt auf Anleitung des Trainers bzw. der Trainerin ohne Partner Fallübungen (Rolle vorwärts / Rolle rückwärts) und vorgegebene Bewegungsformen (Sabaki, Kata ohne Partner o.ä.) aus. Die Aikidoka trainieren ausschließlich auf der ihnen zugewiesenen Mattenfläche und halten dabei untereinander einen Abstand von mindestens drei Metern ein. Bei der Größe der Mattenfläche sind mindestens 10 m<sup>2</sup> je Aikidoka zu Grunde zu legen. Bei 20 Teilnehmern ist dementsprechend eine Mattenfläche von mindestens 200 m<sup>2</sup> (z.B. 23 m x 9 m) aufzubauen, bei geringerer Teilnehmerzahl entsprechend weniger. Die Fall- und Bewegungsübungen können mit einem Waffentraining kombiniert werden.

Das Training wird bis auf Weiteres mittwochs und freitags von jeweils 19:00 bis 20:00 Uhr innerhalb der regulär zugewiesenen Hallenzeiten angeboten.

### **Allgemeine Maßnahmen**

Für alle Trainingsformen gilt Folgendes:

- Es dürfen ausschließlich Vereinsmitglieder am Training teilnehmen. Probetrainings sind bis auf Weiteres nicht möglich.
- Alle Vereinsmitglieder nehmen auf eigenes Risiko am Training teil.
- Personen, die krank sind oder Symptome einer ansteckenden Krankheit aufweisen, sind vom Training ausgeschlossen. Das Gleiche gilt für Personen, die innerhalb der letzten 14 Tage unmittelbar oder mittelbar Kontakt mit einer Person hatten, die an COVID-19 erkrankt ist.
- Während der gesamten Aufenthaltsdauer in der Sporthalle, auf dem Parkplatz sowie auf dem Weg zur Sporthalle müssen die Abstands- und Hygieneregeln eingehalten werden.
- Gemäß den Empfehlungen des AVH nehmen Kinder und Jugendliche bis einschließlich 15 Jahre grundsätzlich nicht am Training teil. Nach vorheriger Absprache mit den Trainern ist in Ausnahmefällen eine Teilnahme von Jugendlichen ab 13 Jahren am Training zugelassen. Die Jugendlichen benötigen für die Trainingsteilnahme eine schriftliche Einverständniserklärung der Eltern.

- Die Aikidoka kommen im Gi zur Sporthalle. Das Umkleiden / Duschen erfolgt zu Hause. Alle Umkleide- und Duschräume sind geschlossen zu halten.
- Alle Trainingsteilnehmer melden sich vorab per WhatsApp oder per E-Mail beim Trainer bzw. der Trainerin an. Die Trainingsteilnehmer werden vor dem Training namentlich mit ihren Kontaktdaten (Name, Vorname, Anschrift, Telefonnummer) in einer Liste erfasst. Die Liste wird einen Monat aufbewahrt und im Falle eines Infektionsverdachts eines Trainingsteilnehmers bzw. einer Trainingsteilnehmerin den zuständigen Behörden zur Verfügung gestellt.
- Das gemeinsame An- und Abgrüßen zum Beginn bzw. zum Ende der Trainingseinheit findet auf den Trainingspositionen im Stehen statt.
- Personen, die gemäß RKI-Definition zu den sogenannten Risikogruppen gehören, müssen eigenverantwortlich abwägen, ob sie am Training teilnehmen.

### **Reinigungs- und Hygienemaßnahmen**

Es gelten folgende Reinigungs- und Hygienemaßnahmen:

#### Desinfektion von Hand- und Verkehrsflächen

- Vor dem Betreten der Hallenfläche desinfizieren sich alle Teilnehmer/innen unabhängig von der Art des Trainings die Hände. Der ACN stellt hierfür ein geeignetes Desinfektionsmittel (mindestens begrenzt viruzid) bereit.
- Die Türklinken der von den Vereinsmitgliedern genutzten Türen werden vor und nach dem Training mit einem desinfizierenden Mittel gereinigt.
- Die Toiletten sind grundsätzlich nur im Notfall zu benutzen. Für diesen Notfall stehen ausschließlich die an den Flur angrenzenden Sanitärräume zur Verfügung. Der Trainer bzw. die Trainerin schließt die Sanitärräume auf und zu. Die in den Umkleiden befindlichen Toilettenräume bleiben geschlossen. Im Fall der Benutzung der Toiletten sind alle Oberflächen, mit denen der Nutzer bzw. die Nutzerin in Berührung gekommen ist, durch den Nutzer bzw. die Nutzerin zu reinigen.

Hierzu zählen insbesondere

- a) die Toilettenbrille
- b) die Spültaste
- c) den Griff der Toilettenbürste (sofern benutzt)
- d) die Armatur des Waschbeckens
- e) die Türklinken der Eingangstür.

Der ACN stellt hierzu ein desinfizierendes Reinigungsmittel und Einmalhandschuhe zur Verfügung.

### Desinfektion von Trainingsgeräten / Übungswaffen (Bokken / Jo)

Vom Verein ausgeliehene Übungswaffen sind vom Nutzer bzw. der Nutzerin vor der Rückgabe an den Trainer bzw. die Trainerin zu desinfizieren. Das Gleiche gilt, wenn Trainingswaffen während des Trainings an andere Teilnehmer übergeben werden sollen.

### Reinigung der Matte

Eine über das bisherige Maß hinausgehende Reinigung bzw. eine Desinfektion der Matten ist im Hinblick auf das begrenzte Trainingsangebot und den getroffenen Hygienemaßnahmen (hier insbesondere vorherige Desinfektion der Hände) nicht erforderlich. Es ist darauf zu achten, dass das Gesicht nicht die Mattenfläche berührt. Sofern die Mattenfläche mit Körperflüssigkeiten (z.B. Blut, Speichel usw.) kontaminiert wird, sind die betreffenden Flächen mit einem desinfizierenden Mittel zu reinigen.

### Notfallkit

Das vom Hygieneplan des Rheingau-Taunus-Kreises vorgesehene Hygiene-Notfallkit beinhaltet eine Packung Flüssigseife, Einmaltücher für die Händetrocknung, Händedesinfektionsmittel, Putztücher, Flächendesinfektionsmittel und Einmalhandschuhe. Zusätzlich hierzu werden zwei Atemschutzmasken der Schutzklasse FFP-2 für den Notfall bereitgehalten. Jede Nutzung von Material aus dem Notfallkit ist dem Trainer bzw. der Trainerin anzuzeigen. Der Trainer bzw. die Trainerin veranlasst die weiteren Maßnahmen, damit das Notfallkit stets aufgefüllt bleibt. Das Notfallkit wird im Mattenraum des ACN aufbewahrt.

### Lüftung der Halle

Während des Trainings sind alle Seitenfenster und – sofern die Witterungsverhältnisse dies zulassen – die Dachfenster geöffnet zu halten. Die Fenster werden nach dem Training wieder geschlossen.

### **Verantwortlichkeit**

Für die Einhaltung des Hygieneplans sind alle Aikidoka gleichermaßen verantwortlich. Dabei ist zu beachten, dass das Fehlverhalten von Einzelnen zu einem Nutzungsverbot für alle führen kann. Der Trainer bzw. die Trainerin trifft Bedarfsfall die notwendigen Maßnahmen.

Gezeichnet: Der Vorstand des ACN

Anlagen:

- 1.) Schreiben des AVH vom 09. Mai 2020
- 2.) Hygieneplan des Rheingau-Taunus-Kreises (Stand: 28. Mai 2020)