

# Hygiene und Schutzkonzept der Aikido Abteilung des MTV Ingolstadt

---

Die Gesundheit aller Sportler und der Gesellschaft ist das höchste Gut und sollte respektvoll behandelt und geschützt werden.

Dies stellt das Rahmenkonzept der Aikido Abteilung des MTV Ingolstadts dar um einen Wiedereinstieg mit Bezug auf die Corona Pandemie im Aikidosport zu ermöglichen.

1. Zentrales Ziel ist es, das Risiko einer Covid-19 Infektion maximal zu reduzieren, aber gleichzeitig die Kampfkunst Aikido unter Einhaltung der geltenden, offiziellen Hygiene- und Verhaltensvorschriften wiederaufzunehmen.
2. Die im Weiteren schriftlich fixierten Verhaltens- und Hygieneregeln sind speziell an die Gegebenheiten im Dojo angepasst und sind unbedingt einzuhalten. Jeder Aikidoka, der zum Training erscheint, hat den Regeln und Anweisungen der Übungsleiter unbedingt Folge zu leisten. Nichteinhaltung führt zu Trainingsausschluss.
3. Verantwortung für die Einhaltung der Regeln im Rahmen der Corona-Pandemie hat der Verein und in dessen Vertretung die Übungsleiter der jeweiligen Trainingseinheiten.

Die im Folgenden aufgeführten Übergangsregeln sind als Kompromiss zu verstehen, um einen Wiedereinstieg in das Vereinstraining zu ermöglichen. Alle Aikidoka haben hier nun die Chance beim Training die Werte des Aikido, insbesondere den respektvollen Umgang miteinander, durch die strikte Einhaltung der Übergangsregeln zu demonstrieren.

- **Keine Körperkontakte**  
Begrüßung und Verabschiedung erfolgen nur mit einer Verbeugung
- **Handhygiene**  
Das Händewaschen erfolgt mit fließendem warmen Wasser und Seife mit einer Dauer von mind. 20 sec. Einmalhandtücher stehen zur Verfügung. Zusätzlich stehen Desinfektionsspender am Halleneingang zur Verfügung.
- **Im Krankheitsfall zuhause bleiben**  
Im Krankheitsfall oder im Fall von infektiösen Krankheitssymptomen darf die Halle nicht betreten bzw. nicht am Training teilgenommen werden. Es herrscht Trainingsverbot.
- **Umkleiden und Duschen zu Hause**  
Das Duschen in der Trainingsstätte ist nicht gestattet. Bitte in Sportkleidung anreisen.
- **Training auch im Trainingsanzug möglich**
- **Mund und Nasenschutz tragen**  
Alle Aikidoka müssen beim Betreten und Verlassen der Trainingsstätte einen Mund und Nasenschutz tragen. Er kann während einer Trainingseinheit unter Wahrung der Richtlinien (Abstand) abgelegt werden, muss aber in Reichweite bleiben. Dazu muss jeder einen geeigneten Behälter oder Tüte zur Aufbewahrung dabei haben.
- **Matte desinfizieren**  
Die Mattenfläche sollte nach jedem Training feucht gereinigt und desinfiziert werden. Zwingend notwendig ist eine Desinfektion der Mattenfläche einmal pro Woche. Dies wird von den Durchführenden protokolliert.
- **Trainingsmittel desinfizieren**  
Alle Trainingsmittel müssen nach jedem Training desinfiziert werden. Jeder Trainierende muss eigene Materialien und Geräte mitbringen und benutzen. Jeder ist selbst für deren Desinfizierung verantwortlich. Eine Weitergabe an andere Teilnehmende ist nicht erlaubt.
- **Anzahl der Trainierenden**  
Die Anzahl der Übenden ist durch die Größe des Raumes begrenzt (1,5m Minimum) begrenzt. Es müssen, wenn erlaubt, ständige Trainingspaare gebildet werden (unter Berücksichtigung der Wohngemeinschaften, wie z.B. bei Geschwistern). Die Trainingsgruppen müssen protokolliert werden.
- **Sanitäranlagen**  
Es wird empfohlen auf den Toilettengang zu verzichten. Die Toiletten dürfen nur einzeln benutzt werden. Zum Händewaschen steht Seife zur Verfügung. Auf Papierhandtücher wird verzichtet, jede Person bringt sich selbst ein Handtuch zum Training mit. Ein Desinfektionsmittel zur Reinigung der Türklingen/Handläufe steht bereit.

- **Husten- und Niesetikette**

Husten und Niesen in die Armbeuge oder ein Taschentuch gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen einhalten

- **Belüftung**

Die Fenster sind während des gesamten Trainings offen zu halten um für Durchzug zu sorgen

- **Betreteten des Dojo**

Beim Betreten des Dojo müssen sich die Teilnehmer in eine Anwesenheitsliste deutlich lesbar mit Vor- und Nachnamen eintragen. Diese Anwesenheitsliste wird dem Gesundheitsamt zur Fallnachverfolgung auf Verlangen zur Verfügung gestellt.

- **Es werden keine Partnerübungen durchgeführt.**

Während des Unterrichts sollen die Schülerinnen und Schüler möglichst an einer Stelle bleiben.

- **Trainingsintensität**

Anaerobe Übungen sollen nur im Freien ausgeführt werden

Zur Kenntnis genommen

---

Ort, Datum

Aikidoka