

Hygienekonzept des 1. MJC für die Sportstättennutzung (Indoor und Outdoor, **vierstufiges System**)



in Anlehnung an die Verordnung der Landesregierung über infektionsschützende Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Virus SARS-CoV-2 (Corona-Verordnung – CoronaVO) in der jeweils gültigen Fassung)

1. Persönliche Hygiene:

- bei Krankheitsanzeichen jeglicher Art muss der Erkrankte zu Hause bleiben
- abseits des Sports ist, wo immer möglich, ein **Mindestabstand von 1,5 m** zu anderen Personen zu halten und eine **Corona-Maske** (Mund-/Nasenmaske) zu tragen
- alle passen auf, dass sie sich nicht mit den Händen ins Gesicht fassen – im Bedarfsfall immer Hände waschen
- keine Berührungen, Umarmen und Händeschütteln
- **Gründliche Handhygiene:**
 - o nach Betreten der Einrichtung Hände waschen
 - o nach dem Toilettengang, Naseputzen, Husten
 - o in regelmäßigen Abständen die Hände mind. 30 Sekunden **gründlich mit Seife** waschen
 - o zusätzlich können die Hände jeder Zeit desinfiziert werden
- Gegenstände, die von allen angefasst werden, müssen regelmäßig abgewaschen oder desinfiziert werden (Türklinken, Wasserhahn...)
- bei Husten oder Niesen von anderen Personen wegdrehen

2. Raumhygiene

- die Räume müssen regelmäßig **vor und nach dem Training durchgelüftet** werden
- die Matten sind **NACH** jeder Trainingseinheit zu **reinigen**
- die Matten sind ausschließlich barfuß oder geeigneten Mattenschuhen zu betreten, die Matten sind ausschließlich in Socken oder mit anderem Schuhwerk zu verlassen

3. Toiletten

- es geht immer nur eine Person zur Toilette
- die Toiletten und die dazu gehörigen Räumlichkeiten sind regelmäßig zu reinigen

4. Sonstige Regelungen

ALLE PERSONEN, die das Dojo betreten, werden täglich dokumentiert, das bedeutet, die verantwortlichen Trainer erfassen die Teilnehmer in Listen. Bei Individualtraining oder nur bei Betreten des Dojos (z.B. zum Toilettengang) trägt sich **jeder** auf das entsprechende Formular ein.

5. Trainingsbetrieb

- Für **Übungssituationen** ist die Einhaltung des ansonsten erforderlichen Mindestabstandes (1,5 m) nicht notwendig.
- Die **Duschen und Umkleidekabinen** können unter Einhaltung des **Mindestabstandes (1,5 m)** wieder benutzt werden, ebenso der **Kraftraum** (1 Person pro 10 m²).
- Ausnahmen für die 1,5 m-Regelung gibt es nur für Personen, die im selben Haushalt leben (Familien).
- Der jeweilige Übungsleiter ist für die Einhaltung der Vorgaben und Regelungen verantwortlich.

Der Vorstand

Erstellt am 26.12.2021