

# Taekwondo Zürichsee



Taekwondo Zürichsee  
Seestrasse 215  
CH-8810 Horgen

[info@tkdzuerichsee.ch](mailto:info@tkdzuerichsee.ch)  
[www.tkdzuerichsee.ch](http://www.tkdzuerichsee.ch)

## Taekwondo Zürichsee

### Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb 25. Januar 2021

Version: 23. Januar 2021

Ersteller: Paul Vogel, Instruktor





## Neue Rahmenbedingungen

Ab dem 6. Juni 2020 ist der Trainingsbetrieb in allen Sportarten unter Einhaltung von vereinspezifischen Schutzkonzepten für Kinder bis 16 Jahren wieder zulässig. Für Schüler über 16 Jahren darf leider kein Training in Innenräumen angeboten werden. Wir werden weiterhin Zoom-Trainings abhalten. Keine gemischten Gruppen mit Teilnehmenden Ü16 und U16 (exkl. Leiterperson). Bei Sportaktivitäten, in denen ein dauernder enger Körperkontakt erforderlich ist, müssen die Trainings so gestaltet werden, dass sie ausschliesslich in beständigen Gruppen stattfinden mit Führung einer entsprechenden Präsenzliste. Als enger Kontakt gilt dabei die längerdauernde (>15 Minuten) oder wiederholte Unterschreitung einer Distanz von 2 Metern ohne Schutzmassnahmen. Sie dürfen zu jeder Tageszeit und an jedem Wochentag sportliche Aktivitäten ausüben. Dies gilt für Sport in Innenräumen wie auch im Aussenraum. Sportanlagen dürfen somit für sportliche Aktivitäten für Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre öffnen. Es dürfen keine Wettkämpfe durchgeführt werden. Leiterpersonen dürfen selbst keinen Sport betreiben.

**Ab Montag, 25.01.2021 gilt im Dojang analog der Volksschule eine generelle Maskenpflicht ab 9 Jahren.**

Folgende fünf Grundsätze müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

### 1. Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen **NICHT** am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

### 2. Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten. Im Training dürfen nur individuelle Techniken geübt werden. Es werden keine Partnerübungen und Übungen mit Körperkontakt durchgeführt. Pro Person müssen mindestens 10 m<sup>2</sup> Trainingsfläche zur Verfügung stehen, was bedeutet, dass bei unseren Trainings **maximal 8 Personen** teilnehmen dürfen.

### 3. Gründlich Hände waschen

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld.

### 4. Präsenzlisten führen

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führt der Verein für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten. Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem/der Corona-Beauftragten in vereinbarter Form zur Verfügung steht (vgl. Punkt 5). In welcher Form die Liste geführt wird (doodle, App, Excel, usw.) ist dem Verein freigestellt.

### 5. Bestimmung Corona-Beauftragte/r des Vereins

Jede Organisation, welche die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs plant, muss eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Bei unserem Verein ist dies **Paul Vogel**. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn/sie wenden (**Tel. +41 79 240 93 67** oder [paul@tkdzuerichsee.ch](mailto:paul@tkdzuerichsee.ch)).

### 6. Besondere Bestimmungen

*Die Trainingsgeräte (Schlagkissen, Pratzten und Dummy) sind vor dem Wechsel der Benutzer mit Desinfektionsmittel zu reinigen. Der Trainingsraum ist vor, nach und während dem Training gut zu lüften.*