



## Shotokan Karate Seetal

Hochdorferstrasse 9a  
6275 Ballwil  
[www.shotokankarate-seetal.ch](http://www.shotokankarate-seetal.ch)

Dojoleiter / Kontakt

Roger Fankhauser (3.Dan)

Hohenrainstrasse 2  
6275 Ballwil

Mobil +41 79 404 87 92

[roger.fankhauser@shotokankarate-seetal.ch](mailto:roger.fankhauser@shotokankarate-seetal.ch)

Seite 1 von 2 Seiten

## Corona / COVID-19

### Schutzkonzept Unterrichtsbetrieb 11. Mai – 08. Juni 2020

- Dojoleiter und Trainer sind verantwortlich, dass das Schutzkonzept eingehalten und umgesetzt wird
- Die Dojoleiter, Trainer, Trainingsteilnehmer und die gesetzlichen Vertreter der Kinder müssen vorgängig eine Verpflichtungsvereinbarung unterzeichnen und dieses einreichen. Die Verpflichtungsvereinbarung findet ihr beiliegend im Anhang
- Maximal 4 Schüler und 1 Trainer dürfen die Trainings besuchen
- Trainer und Schüler mit Krankheitssymptomen müssen zuhause bleiben und sollen ihren Hausarzt kontaktieren
- Mitgliedern der Risikogruppe wird empfohlen, bis auf Weiteres auf das Training im Dojo zu verzichten
- Die Anreise soll zu Fuss, mit dem Velo oder dem eigenen Fahrzeug erfolgen, auf eine Anreise mit dem ÖV ist zu verzichten (Empfehlung)
- Die Trainingsteilnehmer sollen bereits im Karate-Gi anreisen, die Garderoben müssen geschlossen bleiben
- Die Toilette ist nur im Notfall zu benutzen
- Es werden Flüssigseife und Papiertücher zur Verfügung gestellt
- Jeder Teilnehmer muss auf einer Liste mit Namen, Vornamen und Telefonnummer erfasst werden. Damit kann eine Rückverfolgung garantiert werden. Diese Listen sind bis auf weiteres aufzubewahren und verfügbar zu halten. Diese Liste wird mit DojoExpert durch den Karatelehrer geführt.
- Wir stellen Desinfektionsmittel zur Verfügung, vor dem Unterricht wird im Vorraum Hände gewaschen. Wichtig nur eine Person darf jeweils im Vorraum wie auch auf der Toilette aufhalten.
- Es darf keine Verpflegung vor Ort gemacht werden. Schüler können ihr eigenes Getränk mitbringen
- **Schüler dürfen nur gemäss Unterrichtsplan zum Karatetraining kommen. So ist gewährleistet, dass nur 4 Schüler im Dojo sind.**
- Das Dojo soll erst kurz vor dem Training betreten werden und innerhalb von 5 Minuten wieder verlassen werden. Schüler warten draussen vor dem Dojo, bis sie reingeholt werden. Dabei ist das SocialDistac von 2m zu beachten.

Trainingszeiten: MO 16:30 – 21:00 Uhr  
MI 16:15 – 21:30 Uhr  
SA 13:30 – 15:45 Uhr





## Shotokan Karate Seetal

Hochdorferstrasse 9a  
6275 Ballwil

[www.shotokankarate-seetal.ch](http://www.shotokankarate-seetal.ch)

Dojoleiter / Kontakt

Roger Fankhauser (3.Dan)

Hohenrainstrasse 2  
6275 Ballwil

Mobil +41 79 404 87 92

[roger.fankhauser@shotokankarate-seetal.ch](mailto:roger.fankhauser@shotokankarate-seetal.ch)

Seite 2 von 2 Seiten

- Das Dojo soll gestaffelt betreten und verlassen werden
- Die Eltern dürfen ihre Kinder nicht begleiten, d.h. sie dürfen das Dojo nicht betreten
- Kein Händeschütteln, keine Umarmungen und auch sonst kein Körperkontakt
- Auf die Begrüssung im Seiza wird verzichtet, der Gruss am Anfang und Ende findet im Stehen statt
- Auf dem Boden wird mit einer gut sichtbaren Markierung der Platz jedes Teilnehmers angezeigt
- Jeder Schüler muss über eine Trainingsfläche von  $2\text{m} \times 2\text{m} = 4\text{m}^2$  verfügen. Diese Fläche darf nicht verlassen werden, auch nicht beim Kata Training. Darum herum kommt ein Sicherheitsabstand von 1 Meter in alle Richtungen, somit muss der verfügbare Platz **pro Schüler**  $16\text{m}^2$  betragen. Das bedeutet, dass zwischen den effektiven Trainingsflächen von  $4\text{m}^2$  jeweils 2 Meter Abstand sein muss. Zusätzlich muss von allen Wänden 1 Meter Abstand gehalten werden um Verletzungen und Unfällen vorzubeugen.
- Kumite Training kann durchgeführt werden, jedoch ohne Partner und ohne die Trainingsfläche zu verlassen
- Im Dojo benutztes Trainingsmaterial und die persönliche Schutzausrüstung ist vor und nach dem Training mit Desinfektionsmittel zu reinigen
- Der Trainingsraum ist nach der Lektion gut durchzulüften und der Boden ebenfalls zu desinfizieren
- Wer sich nicht an die Regeln hält, wird vom Training ausgeschlossen
- **Diese Regeln gelten ab dem 11. Mai bis mindestens zum 27. Mai oder bis auf weitere Mitteilung**

Anhang:

- Trainingsplanung
- Dojo-Plan
- Commitments

Trainingszeiten: MO 16:30 – 21:00 Uhr  
MI 16:15 – 21:30 Uhr  
SA 13:30 – 15:45 Uhr

