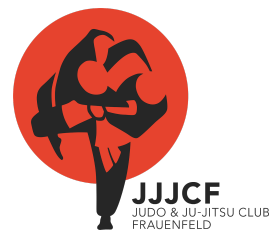


Checkliste Teilnehmer (COVID-19)

Ab sofort starten wir den ordentlichen Trainingsbetrieb, unter Einhaltung der gesetzlichen Bestimmungen, des Schutzkonzeptes SJV und dieser Checkliste.



Trainingsvorbereitung

Nur symptomfrei ins Training Personen mit (auch minimen) Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab. Trainer und Verantwortliche des Trainingsbetriebes sind umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.	
Gruppenwechsel Der Gruppenwechsel zwischen den verschiedenen Lektionen muss so geplant werden, dass sich die verschiedenen Gruppen nach Möglichkeit nicht kreuzen (z. B. Umkleide, Dusche etc.). Wir machen deshalb mindestens 30min Unterbruch zwischen Trainings (siehe neue Trainingszeiten).	
Samstagstraining Kinder im Samstagstraining sollen nach Möglichkeit bereits umgezogen zum Training erscheinen.	

Training

Hände und Füsse waschen Alle Teilnehmer waschen sich vor dem Training die Hände und die Füsse gründlich mit Seife (mindestens 30 Sekunden Seifeneinwirkungsdauer).	
Besucher Besucher müssen jederzeit die vorgeschriebenen Abstände (2m) einhalten. Soweit möglich, sollen sich keine Besucher im Dojo aufhalten (Ausnahmen sind möglich).	
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. Einzig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt in allen Sportarten wieder zulässig.	
Räume Vor Ort werden Toiletten, Garderoben und Duschen zur Verfügung gestellt. Es stehen Desinfektionsmittel bereit.	

Weitere Informationen gemäss Schutzkonzept SJV

Besonders gefährdete Personen Spezifische Vorgaben des BAG oder die Anweisungen des Hausarztes beachten (Eigenverantwortung). Personen, welche einer Risikogruppe angehören könnten, wird vom Besuch des Trainings abgeraten, bzw. dringend zu einer (sport)ärztlichen Abklärung geraten.	
---	--

<p>Mitverantwortung</p> <p>Alle TeilnehmerInnen der Trainings verhalten sich auch ausserhalb des Trainings im privaten und/oder geschäftlichen Umfeld verantwortungsvoll und setzen sich keinen Ansteckungsrisiken aus, damit sie bei einer allfälligen Infektion nicht einen lokalen Lockdown der ganzen Trainingsgruppe oder der ganzen Trainingsregion provozieren. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer der einzelnen Trainings sind sich bewusst, dass trotz umfassender Sicherheitsmassnahmen eine Ansteckung mit dem Coronavirus möglich ist. Sie übernehmen mit ihrer Teilnahme am Training diesbezüglich die volle Selbstverantwortung und können im Falle einer Ansteckung weder den Verein, noch deren Trainer, noch die anderen Mittrainierenden verantwortlich machen.</p>	
<p>Material</p> <p>Alle bringen, wo nötig, ihr eigenes Trainingsmaterial (z.B. Springseile etc.) mit und erscheinen in einem frisch gewaschenen Judogi/Ju-Jitsugi.</p>	
<p>Anreise</p> <p>Die Sportlerinnen und Sportler sollen wenn möglich individuell zu Fuss, mit dem Fahrrad oder mit dem eigenen Auto zum Trainingslokal kommen. Öffentliche Verkehrsmittel und Sammeltransporte sind, wenn möglich, zu vermeiden.</p>	