



TAM Leitplanken Das Wichtigste auf einen Blick

Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

Auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training sollte verzichtet werden.

Parken

Die Parkplätze bitte nicht zu Zusammenkünften nutzen. Die Kinder sollten nur gebracht und wieder abgeholt werden. Der Trainer steht für einzelne Absprachen immer gerne über Telefon 0160 977 358 29 oder per E-Mail huetel@taekwondo-mueller.de zu Verfügung.

Distanzregeln einhalten / Nasen-Mundschutz- oder FFP2-Maske

Die Kontaktvermeidung sowie der konsequente Abstand (2-3m) sind auch am Parkplatz einzuhalten. Der Zutritt zum TAM Leistungszentrum soll nach Möglichkeit einzeln erfolgen. Beim Kommen und Gehen, in Flur, Umkleide und Aufenthaltsbereich ist eine Nasen-Mundschutz- oder FFP2-Maske - bis auf die Trainingsfläche - zu tragen.

Hygiene

Allgemeine Hygieneregeln sowie das TAM Hygienekonzept sind zu beachten. Insbesondere regelmäßiges desinfizieren oder waschen der Hände, beim Zutritt zum Leistungszentrum TAM, nach dem Toilettengang, ggf. in der Pause. Die Trainingshilfsmittel (z.B. Cochings, Prätzen, Trainingsmatten, Stepper, Markierung Hütchen, Sandsäcke etc.) sind nach Benutzung persönlich zu desinfizieren.

Toiletten

Die Toiletten sind unter strenger Einhaltung des Abstandsgebotes und des TAM Hygienekonzeptes zu benutzen.

Aufenthaltsraum und Umkleiden bleiben geschlossen

Bitte trainingsbereit im Dobok oder Trainingsanzug erscheinen. Die Nutzung von Umkleiden und Duschen wird vorerst ausgesetzt und auf die Nutzung als Garderobe begrenzt.

Was kann in die Trainingshalle mitgebracht werden

- Trinkflasche
- Dobok (Taekwondo Anzug) oder Trainingsanzug (bei Außentraining)
- Handtuch
- Mund-Nasenschutz/medizinische Maske oder FFP2 Maske (bitte im Aufbewahrungsbeutel ablegen)
- Trainingsschuh / Turnschlappchen (bei Außentraining)

Training

Es werden kleinere und immer gleiche Trainingsgruppen gebildet. Bitte nutzt nur die euch zugewiesenen Trainingszeiten/Gruppen.

Das Training findet auf der Außentrainingsfläche oder – je nach Zulässigkeit - in den Räumen des Leistungszentrum TAEKWONDO AXEL MÜLLER unter Anleitung eines Trainers statt.

- Kinder bis einschließlich 14 Jahre:

Außen- sowie Innen-Training werden ohne Mund- u. Nasenschutz unter Berücksichtigung der jeweils aktuell geltenden Maximalteilnehmerzahlen durchgeführt. Beim kontaktfreien Innen-Training wird ein Abstand von mindestens 1,5m beachtet.

- Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahre:

Das kontaktfreie Training wird mit einem Abstand von mindestens 1,5m ohne Mund- u. Nasenschutz unter Berücksichtigung der jeweils aktuell geltenden Maximalteilnehmerzahlen durchgeführt.

- Landes-Bundeskaderathleten:

Das Training wird ohne Mund- u. Nasenschutz unter Berücksichtigung der aktuell zulässigen Bestimmungen durchgeführt.

Eine ständige Lüftung der Trainingsräume ist vorgesehen.

Sportler betreten einzeln die Trainingsfläche, nach Beendigung des Trainings werden die Sportler einzeln verabschiedet.

Einsatz von anderen Trainingsmitteln zur Vermeidung von Kontakten (Sandsäcken/Wand-Coachings).

Körperkontakte müssen außerhalb der Kontaktübungen unterbleiben.

Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen verzichten. Kontakttraining wird nur nach geltenden Bestimmungen je nach Trainingsgruppe ausgeführt.

Sonstiges

- Verantwortliche schriftliche Erklärung -falls noch nicht geschehen- bitte abgeben.
- Zügige Auflösung der Gemeinschaft nach dem Training.
- Unmittelbares befolgen der Anweisungen der Trainer, ggfs. Verweis durch den Trainer zum Verlassen des Trainings.

Verantwortliche Erklärung zur Beachtung von besonderen Vorsorgemaßnahmen zur Vermeidung des Eintragens des Virus in den Trainingsbetrieb des TAM Leistungszentrums

Name: - _____

Vorname: - _____

Straße / H.-Nr.: - _____

PLZ/ Ort: - _____

Geb.-Datum: - _____

Telefonnummern: - _____

Die Verarbeitung der Daten erfolgt nach den Vorgaben der DSGVO. Die Daten werden vier Wochen nach dem letzten Trainingstermin datenschutzkonform vernichtet.

Hiermit verpflichte ich mich nachfolgend angeführte bes. Verhaltensregeln zur Sicherung des Trainingsbetriebes im Hinblick auf die Corona-Pandemie einzuhalten:

- Einhaltung der Vorschriften der Covid-19 V und der allgemeinen Hygienevorschriften auch außerhalb des Taekwondo,
- eigenverantwortliche Verfolgung von öffentlichen Informationen, Regeln und Hinweisen zur Pandemie,
- Betreiben sonstiger Sportarten und Hobbys gegebenenfalls einschränken soweit sich herausstellen sollte, dass sich Neuinfektionen im Bereich des Breitensports dieser Sportarten häufen,
- Verzicht auf Training bei ersten Symptomen für Covid 19 oder Grippe oder verwandte Krankheiten bei denen sich die Symptome zu Covid 19 – Symptomen ähneln,
- Vermeidung des Aufenthalts in Risikogebieten, wenn nicht vermeidbar, Verzicht auf die Trainingsteilnahme,
- Verzicht auf die Trainingsteilnahme bei drohender aber noch nicht ausgesprochener Quarantäne aus fremder Veranlassung, d. h. aus sonstigem Umfeld,

Ort/Datum: _____

Unterschrift/en:

Sportler: _____ ggfs. Erziehungsberechtigter: _____