



Aktuelles nach den Coronavorschriften des Landes Niedersachsen

(https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/antworten_auf_haufig_gestellte_fragen_faq/antworten-auf-haufig-gestellte-fragen-rund-ums-sporttreiben-188025.html)

Inzidenz über 100: Karate ohne Kontakt darf draußen stattfinden mit einer weiteren Person sowie maximal 5 Kindern (bis 14 Jahren). Der Trainer muss einen negativen Coronatest per Bescheinigung nachweisen.

Inzidenz bis 100: Karate ohne Kontakt darf draußen stattfinden mit zwei weiteren Personen eines anderen Haushalts sowie maximal 20 Kindern bis 14 Jahren in einer festen Gruppe.

Inzidenz bis 35 (Kommune hat die 10 aus 3-Regel zugelassen): Sport mit höchstens zehn Personen aus max. 3 Haushalten auf und in Sportanlagen. Zugehörige Kinder (zu den drei Haushalten) bis einschl. 14 Jahren werden bei der Höchstzahl nicht mit eingerechnet.

Aktuelle Verhaltensregeln für den Trainingsbetrieb während der Corona-Krise (Hygienekonzept)

Allgemein:

- 1. Wer krank ist oder sich krank fühlt, darf nicht am Training teilnehmen.**
- 2. Der Mindestabstand von 2 Metern muss immer mittels Markierungspunkten eingehalten werden - Körperkontakt ist zu vermeiden.**
- 3. Die Hygieneregeln bitte konsequent einhalten** - Hust- und Niesetikette, nicht ins Gesicht fassen, Hände waschen/desinfizieren.
- 4. Training findet ausschließlich unter Anleitung eines Übungsleiters statt. (Zur Zeit nur Outdoor-Training)** Der Trainer ist verantwortlich für die Einhaltung der Verhaltensregeln
- 5. Das Betreten der Sportstätte ist nur Trainern und Sportlern erlaubt** - der Einlass erfolgt durch Übungsleiter.
- 6. Duschen und Umkleiden ist z. Zt. nicht erlaubt**
- 7. Der Aufenthalt auf Sportstätten ist nur für den Sportbetrieb erlaubt** - keine gesellschaftlichen Treffen vor oder nach dem Training - nach Trainingsende die Sportstätte bitte unverzüglich verlassen
- 8. Schnelltests stehen für Trainer zur Verfügung.**

Während des Trainings:

- 1. Übungsleiter führen Anwesenheitslisten über jede Trainingseinheit mit Datum, Vor- und Nachnamen, Anschrift u. Telefonnummern der Teilnehmer durch um eventuelle Infektionsketten nachvollziehen zu können.**
- 2. Körperkontakt z. B. bei Begrüßungen ist nicht erlaubt**
- 3. Gemeinsam benutzte Trainingsgeräte müssen nach Gebrauch durch die Trainer desinfiziert werden.**
- 4. Für den Indoorsport sollte so oft wie möglich gelüftet werden.**

Den Anweisungen der Übungsleiter ist unbedingt Folge zu leisten!

Ein Download der aktuellsten Version dieses Konzepts befindet sich hier:

<https://www.shotokan-karate-stade.de/>