

## Merkblatt für Club/Schulverantwortliche/Trainer/Coaches

### Vorbereitung

- ✓ Mitglieder über die getroffenen Massnahmen und Organisation des Trainingsbetriebs informieren.
- ✓ Stundenplan so strukturieren, dass es mindestens 15 Minuten Pause zwischen den Trainings gibt.  
JJCS: die angegebene Reservationszeit ist zwingend einzuhalten, das Training entsprechend vorher zu beenden, damit 15 Min. Pause = Entlüftung sichergestellt ist.
- ✓ Ein funktionierendes Reservationssystem organisieren.  
JJCS: Trainer meldet Training an über waujjcs@bluewin.ch, nach Erhalt der Freigabe informiert er die einzelnen Trainierende.
- ✓ Wo immer möglich fixe Trainingsgruppen organisieren.  
JJCS: zulässige Anzahl im Dojo wird den Rahmenbedingungen fortlaufend angepasst und den Trainern mitgeteilt sowie in der Dojoreservation festgehalten.
- ✓ Eltern/Begleitung informieren, dass sie die Trainingsräume nicht betreten dürfen.
- ✓ Die nötigen Reinigungs- und Desinfektionsmittel beschaffen und an Lager halten.  
JJCS: vgl. Desinfektionskonzept – Materialvorrat an den üblichen Stellen vorhanden.

### Vorbereitung der Infrastruktur

- ✓ Wartezone, Depot für Taschen etc. sowie Trainingsflächen pro Gruppe und deren Mitglieder gemäss Schutzkonzept markieren.  
JJCS: pro Teilnehmer steht 1 Stuhl zur Verfügung – Garderoben sind geschlossen.
- ✓ Vorbereitungen gemäss Reinigungskonzept treffen.
- ✓ Maximale Lüftung zwischen den Trainings.
- ✓ Automaten, Aufenthaltsbereiche, Garderoben/Duschen etc. absperren.
- ✓ Merkblatt für Mitglieder und aktuelles Plakat des BAG « So schützen wir uns » aufhängen.

### Training

- ✓ Lektionsplanung: Ziele, Inhalte, Methoden und Organisation so wählen, dass der Mindestabstand von 2 Metern immer gewährleistet ist.
- ✓ Sportlerinnen und Sportler und Trainer/Coaches mit (auch minimalen) Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen → nach Hause, Arzt anrufen und dessen Anweisungen befolgen.
- ✓ Teilnehmende gestaffelt einlassen, Depot für ihre Utensilien zuweisen, bitten, Hände

<p>und Füsse zu desinfizieren oder rutschsichere Socken anzuziehen und Platz auf Trainingsfläche zuweisen. JJJCS: Trainingsfelder sind markiert.</p>
<p>✓ Präsenzkontrolle gemäss Anmelde-Liste. JJJCS: Trainer wie bisher plus korrekte Kontaktdaten sicherstellen siehe Excel-Liste</p>
<p>✓ Türen möglichst offen lassen, bis alle da sind. JJJCS: Trainer öffnet und schliesst die Türe als Zeichen, dass Ein-/Austritt erfolgt, max. 1 Person beim Schuhgestell.</p>
<p>✓ Vor dem Training nochmals kurz die Verhaltensregeln erklären.</p>
<p>✓ Während des Trainings sofort einschreiten, wenn sich jemand nicht an die Regeln hält. Im Notfall wegweisen, bei Kindern deren Eltern informieren.</p>
<p>✓ Am Ende des Trainings den Teilnehmenden danken für ihr Engagement unter den Corona-Schutzmassnahmen und darauf aufmerksam machen, Hände und gegebenenfalls Füsse zu desinfizieren.</p>
<p>✓ Sicherstellen, dass die Teilnehmenden gestaffelt und unter Einhaltung des Abstandes von 2 Metern die Örtlichkeiten innerhalb von 5 Minuten verlassen. ✓ Nach Möglichkeit Türe offen lassen bis alle gegangen sind.</p>
<p><b>Nach dem Training</b></p>
<p>✓ Reinigen und Desinfizieren gemäss Reinigungskonzept.</p>
<p>✓ Wenn möglich alle Fenster auf und während 5 bis 10 Minuten stosslüften. ✓ JJJCS: Entlüftungsschalter 7 Sekunden drücken für kompletten Luftaustausch.</p>
<p>✓ Training auswerten und nötige Anpassungen für die weitere Planung festhalten.</p>
<p>✓ Dafür sorgen, dass die Liste mit den kontrollierten Präsenzangaben richtig geführt und abgelegt ist.</p>

**Allfällige Mutationen in den Kontaktdaten sind fortlaufend zu melden an [waujjcs@bluewin.ch](mailto:waujjcs@bluewin.ch)**

**Alle aktiven Mitglieder mit hinterlegter Email erhalten soweit nötig Meldungen über die Entwicklung im Trainingsbetrieb Spiez.**

**Uns ist bewusst, dass die momentan geltenden Auflagen sehr einschneidend sind.**

**Wir danken Dir für Dein Verständnis und wünschen Dir viel Spass!**

**Judo und Ju-Jitsu Club Spiez  
Spiez, 10.5.2020**