

Zusätzliche Spezifikationen und Umsetzungskonzept für die Trainings des Judo Club Uster in Bezug auf das Schutzkonzept des Schweizerischer Judo & Ju-jitsu Verband.

Unser Ziel: Wir möchten für alle Trainer und Sportbegeisterte ein erstes Basisprogramm im Rahmen des vom Bundesrat genehmigten Schutzkonzeptes bieten. Endlich wieder Tatamis unter den Füßen spüren. Endlich wieder aktiv zusammen mit Freunden und Vereinsmitgliedern mit Spass Sport machen.

Alle Informationen für Teilnehmer finden sich auf der Seite: <https://judo-club-uster.ch/corona/>

Für die Umsetzung bildet der Judo Club Uster ein spezielles Covid-19 Team.

JCU Covid 19 Schutzkonzept KoordinatorIn: Robert Wakiyama

Beratend zur Seite: Nobert Vetterli (Spitaldirektor Kantonsspital Frauenfeld), Jenny Gal (Trainierung JCU & Chefin Nachwus SJV), Dr. Ran Grün

JCU Covid 19 Schutzkonzept **Robert Wakiyama**
KoordinatorIn

Beratend zur Seite:	Nobert Vetterli (Spitaldirektor Kantonsspital Frauenfeld), Jenny Gal (Trainierung JCU & Chefin Nachwus SJV), Dr. Ran Grün enfelder (Trainer JCU, ehemaliger Nationaltrainer & Berater Swiss Olympics)
TrainerkoordinatorIn	Cilia Evenblij
TrainingsraumorganisatorInnen Dojo	Kathrin Kraus
TrainingsraumorganisatorInnen Landihalle	Robert Wakiyama
TrainingsgruppenkoordinatorInnen IT Umsetzung	Florian Koch
Organisatorisches vor Ort:	Verantwortlichkeiten im Rahmen der Trainingsgruppenkoordination bei bestimmten Teilnehmern.

Umsetzung Dojo

Jeder Teilnehmer soll genug Platz haben und sich im Dojo wohl fühlen, um Sport zu machen. Wir haben aus diesem Grund auf ausreichend Platz geachtet. Die Gesundheit und das Wohlbefinden standen bei der Konzeption des Dojos für das Schutzkonzept an oberster Stelle.

Das Training findet ausschliesslich im grossen Dojo A/B statt. Das Dojo A/B hat 180 m² und wird in 3 Räume unterteilt. 2 Räume à 50 m² mit Platz für 10 Teilnehmer sowie 1 Raum für Trainer à 20 m².

Vor Trainingsbeginn am 11. Mai findet eine professionelle Reinigung der Wasserleitungen statt, um das Risiko von Legionellen zu minimieren.

Teilnehmer

Jeder Teilnehmer hat mindesten 10 m² vordefinierten, individuellen Platz zur Verfügung.

Zwischen jeder Gruppe à 5 Personen sowie den Trainern wird noch einmal mindestens ein 2 Meter Abstand sichtbar definiert werden.

Die maximal erlaubte Anzahl Personen im Dojo beträgt 2 Gruppen à 5 Personen + maximal 2 Trainer.

Jeglicher Körperkontakt ist verboten – Auf die strikte Einhaltung der persönlichen Raumzonen ist zu achten. Die Missachtung führt zum sofortigen Ausschluss aus dem aktuellen und zukünftigen Training im Rahmen des Schutzkonzeptes.

Eltern und Zuschauer sind nicht zugelassen.

Trainer dürfen einzeln die Trainerkabine im Dojo inklusive Dusche benutzen.

Anmeldung

Es ist Pflicht sich zu jedem Training mindestens 48 Stunden vorher anzumelden. Die Anmeldung findet sich unter dem Spezial Link <https://judo-club-uster.ch/corona/>

Wir achten darauf, dass jedes Mitglied die Möglichkeit hat regelmässig an Trainings teilzunehmen. Wir schätzen sehr zeitige Anmeldungen jedoch zählt nicht «first come» ausser es hat genügend Plätze. Wir werden Mitglieder direkt informieren, wenn wir sie bei Trainings zu Gunsten anderer trotz Anmeldung auf die Warteliste zurückstellen würden.

Koordination Einlass

Der Einlass ist in der Gerbestrasse 5 ab jeweils 5 Minuten vor Trainingsbeginn.
Der Ausgang ist in der Gerbestrasse 3 jeweils 55 Minuten nach Trainingsbeginn.

Für jedes Training wird im Anmeldetool eine Person bestimmt, welche 10 Minuten vor Trainingsbeginn vor dem Eingang steht und den Einlass im Tröpfchen System koordiniert und die Gruppenbildung vor dem Dojo verhindert.

Beim Betreten der Gerbestrasse 5 gilt: Hausbewohner haben stets Vorrang sowie die Faustregel: Nie mehr als 5 Personen gleichzeitig zwischen Eingang und Dojo.

Direkt vor dem Betreten des Dojos unten sind die Schuhe auszuziehen und Hände und Füsse mit einem persönlich mitgebrachtem Handdesinfektionsmittel zu desinfizieren.

Trainingsmaterial

Es wird ausschliesslich eigenes Trainingsmaterial verwendet. Jeder Judoka muss zu jedem Training immer folgende Sachen mitbringen:

- Unterschriebene Bestätigung über persönliche Verantwortung & Risiken
- Händedesinfektionsmittel
- Persönlicher Lappen/ Küchenpapier zur Desinfektion von Türklinken, Wasserhähnen und Toilettensitzen.
- Mülltüte für Abfall (z.B. benutztes Küchenpapier)
- Alle kommen bereits umgezogen in frischen Trainings Sachen ins Training (lange Trainingshose und T-Shirt)
- Judogi Oberteil & Judogürtel
- Persönlich angeschriebene Trinkflasche ausschliesslich gefüllt mit Wasser
- Sack für Schuhe & Tasche für alle Sachen, die nicht zum Training benutzt werden
- Persönlich angeschriebenes Theraband (kann am Eingang für 10 CHF erworben werden)
- Springseil (alternativ kann der Judogürtel benutzt werden)
- Handtuch
- Joggingsschuhe für alle Trainings in der Landihalle

Räume

Neben dem Dojo A/B darf ausschliesslich der Herrentoilette im dringenden Notfall benutzt werden.

Die Herrentoilette darf nur einzeln benutzt werden.

Trainer dürfen einzeln die Trainerkabine benutzen.

Die Garderoben und Duschen können nicht benutzt werden. Es besteht keine Möglichkeit Regenschirme irgendwo unten im Dojo zu platzieren, ausser vollständig in der eigenen Tasche.

Alle anderen Räume sind geschlossen.

Ordnung

Jeder Teilnehmer ist für die absolute Ordnung mit verantwortlich. Jeglicher Müll ist privat mit nach Hause zu nehmen.

Reinigung

Die Matten dürfen nur barfuss betreten werden, Hände und Füsse sind vor dem Betreten mit dem persönlichen Händedesinfektionsmittel zu reinigen.

Zwischen allen Trainingseinheiten wird eine Pause von 15 Minuten gemacht.

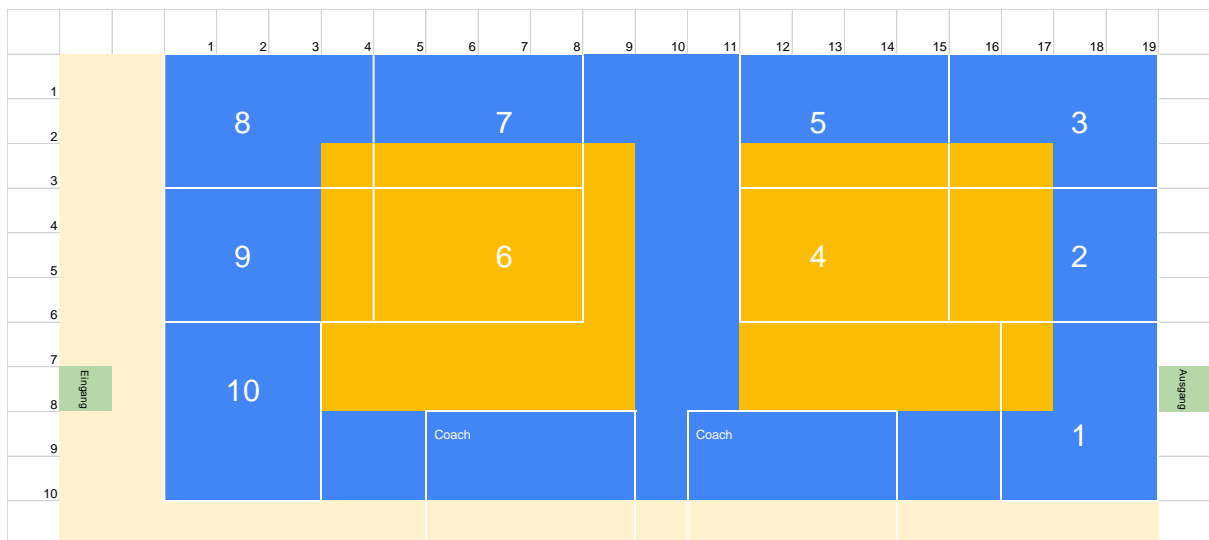
In dieser Pause müssen alle Matten mit speziellem Bodendesinfektionsmittel. Dafür stehen an 2 Seiten der Matte ein Putz-set zur Verfügung. Es werden vor jedem Training 2 Teilnehmer definiert, die sich um die Säuberung der Tatami kümmern. Der JCU stellt Bodendesinfektionsmittel sowie Putzmaterial für die Matten zur Verfügung.

Benutze Toilettensitze, benutze Türklinken und Wasserhähne müssen direkt nach Benutzung desinfiziert werden.

Dojoplan

Die Teilnehmer verteilen sich in Reihenfolge beim Betreten des Dojos wie folgt auf die Felder.

Bei weniger als 10 Teilnehmern, teilt der Trainer die Felder ein.



Umsetzung Kraftraum

Der Kraftraum des Judo Club Uster ist nicht betreut und funktioniert allein durch die volle Eigenverantwortung jedes einzelnen Benutzers.

Die maximal erlaubte Anzahl Personen im Kraftraum: 5 Personen.

Hygiene

Jeder Benutzer muss selbst Desinfektionsmittel zu jedem Training mitnehmen.

- Jedes benutzte Gerät inklusiven Bänken und Matten muss direkt nach der Benutzung gereinigt werden.
- Direkt nach der Benutzung müssen die Toilettensitze, sowie nach dem Training benutzte Türklinken und Wasserhähne desinfiziert werden.

Wenn mehrere Personen gleichzeitig den Raum benutzen ist auf einen ordentlichen Abstand zu achten. Niemand darf ein Gerät benutzen, welches von einer anderen Person gerade benutzt wurde, ohne dass dieses Gerät (Bank, Gewichte, Stangen) desinfiziert wurde. Diese Regeln sind bei der Wahl der Trainingsformen im Vorfeld zu beachten. Mehrere Personen können nicht ohne die Geräte zu reinigen zwischen denselben Geräten rotieren.

Benutze Toilettensitze, benutze Türklinken und Wasserhähne müssen direkt nach Benutzung desinfiziert werden.

CHECKLISTE Krafraum

Jeder Nutzer muss vor und nach dem Training genügend Zeit einplanen, um sich direkt nach dem Betreten von der Ordnung im Krafraum zu überzeugen bzw. Ordnung zu schaffen.

- Es herrscht eine sehr, sehr gute Ordnung.
- Von Oktober bis März müssen sämtliche Fenster beim Verlassen des Krafraums geschlossen sein.
- Alle Gewichte sind ordentlich versorgt und ordentlich gestapelt. Es sind keine Gewichte an den Hantelstangen.
- Es gibt keine störenden Trainingsmaterialien zwischen den Geräten.
- Die Bälle sind wegrollfest versorgt.
- Jeglicher Müll ist privat mit nach Hause zu nehmen.
- Die Toilette ist sauber.

Mängel und Unordnung müssen innerhalb der ersten 10 Minuten nach dem Login in den Krafraum mit Photo an Robert Wakiyama gemeldet werden.

Der letzte eingeloggte Nutzer vor der Mängelmeldung ist für die Mängel verantwortlich.

Bekannte Mängel:

- Sprünge im Spiegel von links nach rechts: (Spiegel 2 - 2 Sprünge, Spiegel 3 -1 Sprung, Spiegel 4 - 3 Sprünge, Spiegel 6 - 1 Sprung)
- Seilzug funktioniert nicht

Die Missachtung der Regeln führt zu einer Busse von CHF 50.

Kontakt: Vorstand des Judo Club Uster: 079 829 88 91