



 Judo Club Uster
Gerbestrasse 5, 8610 Uster
 +41 (0)79 829 8891
 info@jcu.ch | www.jcu.ch

Merkblatt für Teilnehmer

1. Verhaltensregeln

- Eltern und Zuschauer dürfen das Treppenhaus und das Dojo nicht betreten.
- Jeder Trainingsteilnehmer muss selbständig in der Lage sein, alle Verhaltensregeln zu beachten und den Anweisungen der Trainer und Koordinatoren folgen.
- Alle Judoka kommen maximal 5-7 Minuten vor dem Training individuell zu Fuss, mit dem Fahrrad oder mit dem eigenen Auto zum Trainingslokal.
- Öffentliche Verkehrsmittel und Sammeltransporte sind zu vermeiden.
- Die Parkplätze am Dojo dürfen nicht benutzt werden! Fahrradständer befinden sich hinter dem Dojo.
- 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.
- 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 Händedesinfektionsmittel zu desinfizieren.
- Vor und im Dojo ist es zwingend geboten zu allen anderen Personen einen Mindestabstand von 2 Metern einzuhalten und in einer Schlange zu warten. Kleine wartende Grüppchen sind strengstens verboten.
- Kein Einlass nach Trainingsbeginn.
- Die Garderoben und Duschen können nicht benutzt werden. Es besteht keine Möglichkeit Regenschirme irgendwo zu platzieren, ausser vollständig in der eigenen Tasche.
- Die Toilettensitze, Toilettentür und Türklinken sind nach jedem Benutzen direkt selbst zu desinfizieren

2. Trainingsmaterial Jede Judoka muss zu jedem Training immer folgende Sachen mitbringen:

Ich habe dabei	ja	nein
Ausgefüllt und unterschriebenes Merkblatt & Zutrittsformular des Judo Club Uster	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Händedesinfektionsmittel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Persönlicher Lappen/ Küchenpapier zur Desinfektion von Türklinken, Wasserhähnen und Toilettensitzen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mülltüte für Abfall (z.B. für benutztes Küchenpapier)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alle kommen bereits umgezogen in frischen Trainings Sachen ins Training (lange Trainingshose und T-Shirt)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Judogi Oberteil & Judogürtel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Persönlich angeschriebene Trinkflasche ausschliesslich gefüllt mit Wasser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sack für Schuhe & Tasche für alle Sachen, die nicht zum Training benutzt werden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Persönlich angeschriebenes Theraband (kann am Eingang für 10 CHF erworben werden)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Springseil (alternativ kann der Judogürtel benutzt werden)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Handtuch	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Joggingschuhe für alle Trainings in der Landihalle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



uster
Wohnstadt am Wasser

BANK a vera



 Judo Club Uster
Gerbetrasse 5, 8610 Uster
 +41 (0)79 829 8891
 info@jcu.ch | www.jcu.ch

Zutrittsformular Judo Club Uster

Dieses Formular muss zu jedem Training wahrheitsgemäss ausgefüllt und unterschrieben mitgeführt werden.

Der Judo Club hat ein spezifisches Schutzkonzept für seine Anlagen auf Basis des vom Bundesrates genehmigten Schutzkonzeptes des SJV erstellt. Jeder Teilnehmer soll beim Training genug Platz haben und sich wohl fühlen. Wir haben aus diesem Grund auf ausreichend Platz geachtet, der über die Mindestanforderungen des Bundes hinaus geht.



Ich bestätige für mich/ mein teilnehmendes Kind _____, dass

	ja	nein
Ich für mich/ mein Kind die volle Verantwortung für die Gesundheit trage.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich mir den Risiken in der aktuellen Situation bezüglich des Virus SARS-CoV-2 bewusst bin.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich über eine ausreichende Versicherung für mich/mein Kind verfüge.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich/mein Kind keine Symptome wie Fieber, Kopfschmerzen, Halsschmerzen oder Husten habe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich/mein Kind nicht zur Risikogruppe gehört und das BAG uns empfiehlt nicht hier zu sein.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich/mein Kind sich sämtlichen Verhaltensregeln gemäss Merkblatt (Punkt 1) bewusst bin/ist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich/mein Kind sämtliche Sachen gemäss Merkblatt (Punkt 2) mit mir/sich führe/führt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich/mein Kind, besonders als Judoka, die Hygieneregeln mit oberster Priorität beachte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich/mein Kind sich immer vor und im Dojo an die Anweisungen der Trainerin sowie der Trainingskoordinatorin hält.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ich/mein Kind nur zu Trainings erscheine/erscheint, zu dem ich/es online angemeldet bin/ist	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Name _____

Notfalltelefonnummer _____

Unterschrift _____



uster
Wohnstadt am Wasser

BANK avera