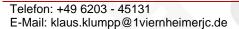
Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Hygieneregeln

Inhalt

Präambel	2
Möglichst Körperkontakte vermeiden	3
Hände gründlich waschen	4
Richtig husten und niesen	5
Im Krankheitsfall zuhause bleiben	é
Sauberer Judoanzug	7
Tatami-Etikette	ε
Kontaktvermeidung in Umkleide und Dusche	9
Mund und Nasenschutz tragen	10
Matte desinfizieren	11
Trainingsmittel desinfizieren	12
Trainingshalle lüften	13
Ankommen und Verlassen der Trainingsstätte	14



Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim

Telefon: +49 6203 - 45 131

Seite 1von 14

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Präambel

In Anlehnung an die Judowerte und die vom Deutsche Judo-Bund herausgegebenen Hygieneregeln legt der 1. Viernheimer Judo Club e.V. die folgenden Regelungen fest. Ziel ist es hierbei, sowohl die Gesundheit der Mitglieder und deren Familien wie auch den Sportbetrieb sicher zu stellen.

Die Teilnahme an einem Judotraining ist immer freiwillig sein. Alle Judoka müssen gesund sein. Vor Trainingsbeginn muss jeder Trainierende (bzw. seine Erziehungsberechtigten) einen der Fragebögen des DJB ausgefüllt haben (siehe: Fehler! Verweisquelle konnte nicht gefunden werden.).

Alle Judoka müssen vor dem Training in eine Teilnehmerliste (siehe: **Fehler! Verweisquelle konnte nicht gefunden werden.**) eingetragen werden.

In der Halle dürfen sich nur, die durch die Größe der Trainingsfläche definierte Anzahl an Athleten aufhalten. Die Judoregeln müssen strikt eingehalten werden. Begrüßung und Verabschiedung erfolgen ausschließlich durch Verbeugung. Vor, während und nach dem Training muss der Verein, jeder Sportler die Hygieneregeln beachten.

Eltern und sonstige Zuschauer haben bis auf weiteres keinen Zutritt.

Der Trainer bzw. Prüfer soll sich am Mattenrand aufhalten.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp

1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim Telefon: +49 6203 – 45 131 Seite 2von 14

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim





Möglichst Körperkontakte vermeiden

Begrüßung und Verabschiedung erfolgen nur mit einer Verbeugung. Notwendige Körperkontakte erfolgen immer mit Respekt und Achtung vor dem Gegner.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim

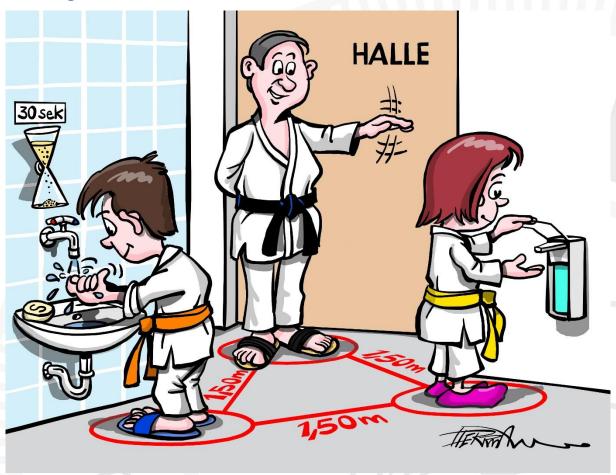
Telefon: +49 6203 - 45 131

Seite 3von 14

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Hände gründlich waschen



Mit fließendem Wasser und Seife Händewaschen mit einer Dauer von 20 bis 30 sec. Sauberes Tuch zum Abtrocknen.

Alternativ Desinfektionsspender benutzen. Diese sind an jedem Halleneingang zu Verfügung zu stellen (Kinder dürfen Infektionsmittel nur unter Aufsicht verwenden).

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim

Telefon: +49 6203 - 45 131

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Richtig husten und niesen



Nur mit Abstand Husten und Niesen. Möglichst wegdrehen oder Matte verlassen.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Im Krankheitsfall zuhause bleiben



Bleib im Krankheitsfall oder in Verdachtsfällen von infektiösen Krankheitssymtomen zuhause und kuriere dich aus. Du hast in diesen Tagen Trainingsverbot.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim

Telefon: +49 6203 - 45 131

Seite 6von 14

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Sauberer Judoanzug

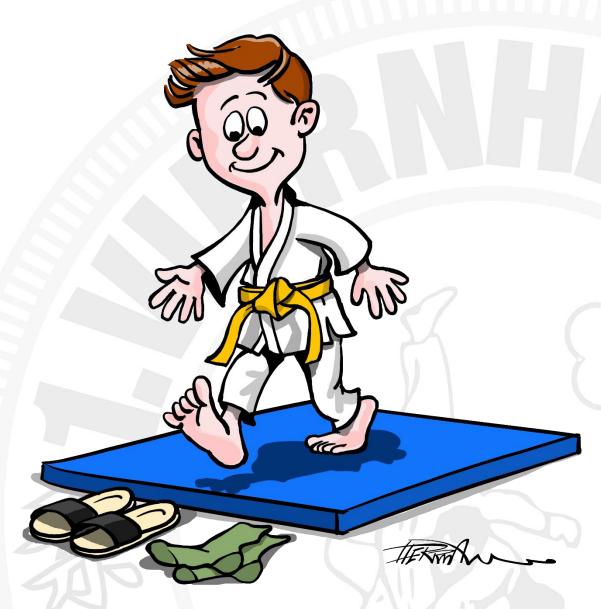


Der Judoanzug sollte frisch gewaschen sein und keine Blutflecken oder ähnliches enthalten.

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Tatami-Etikette



Die Matte ist ausschließlich barfuß zu betreten; Schuhe oder Strümpfe müssen vor der Matte ausgezogen werden; die Matte ist ausschließlich in Socken oder Schuhe zu verlassen.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Kontaktvermeidung in Umkleide und Dusche.



Kontaktvermeidung in Umkleide und Dusche. Umkleide muss in jedem Fall reglementiert werden. Duschen in der Trainingsstätte ist nicht gestattet.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Mund und Nasenschutz tragen



Alle Judoka sollten beim Techniktraining einen Mund und Nasenschutz tragen. Alle anderen Personen, die sich in der Trainingsstätte aufhalten dürfen, müssen einen Mund und Nasenschutz tragen.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim

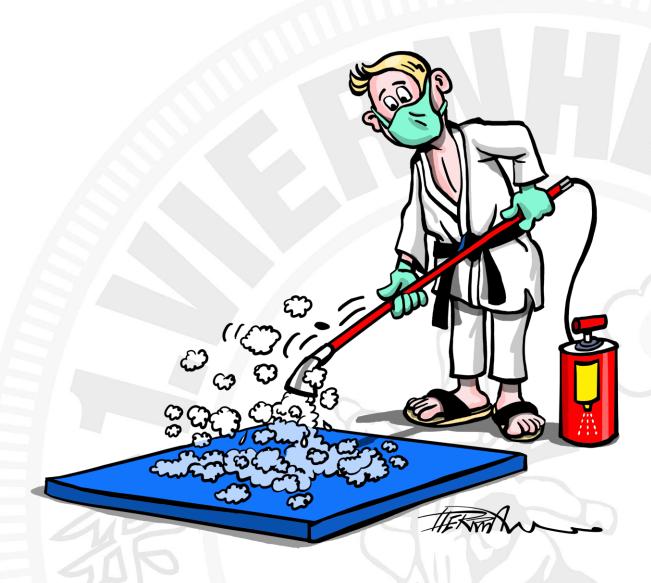
Telefon: +49 6203 - 45 131

Seite 10von 14

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Matte desinfizieren



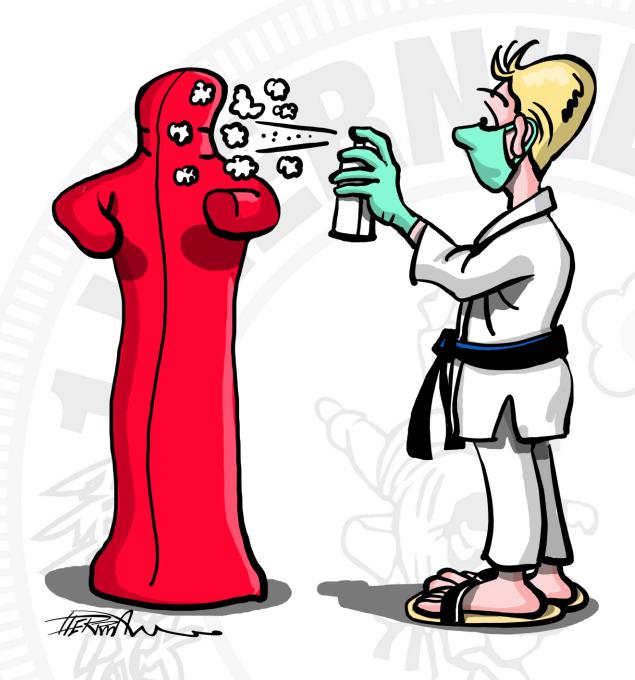
Die Matte sollte nach jedem Training feucht gereinigt und desinfiziert werden. Zwingend notwendig ist eine Desinfektion der Mattenfläche einmal pro Woche.

Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim Telefon: +49 6203 – 45 131

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Trainingsmittel desinfizieren



Alle Trainingsmittel (Wurfpuppen, Bulgarian Bag, Griff-Trainer usw.) müssen nach jedem Training desinfiziert werden.

Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim Telefon: +49 6203 – 45 131

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Trainingshalle lüften



Nach jeder Trainingseinheit muss eine Stoßbelüftung der Trainingshalle durchgeführt werden.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31

Klaus Klumpp (1. Vorsitzender) - Lessingstraße 31 - 68542 Heddesheim



Ankommen und Verlassen der Trainingsstätte



Im Idealfall gibt es einen separaten Eingang und Ausgang (Notausgang) in der Halle. Ankommende und abgehende Kämpfer müssen räumlich getrennt bleiben, es dürfen niemals mehr Kämpfer gleichzeitig in der Halle sein als die durch die Größe der Mattenfläche definierte Anzahl.

Telefon: +49 6203 - 45131 E-Mail: klaus.klumpp@1viernheimerjc.de Vereinsregister: Lampertheim Register Nr: 0601 1. Vorsitzender: Klaus Klumpp Anschrift: Lessingstraße 31 Plz/Ort: 68542 Heddesheim

Telefon: +49 6203 - 45 131

Seite 14von 14