



Schutzkonzept Aikido (Covid-19) Empfehlungen für alle Aikido-Dojos (Aikido ohne Körperkontakt)

Die Vorgaben des Bundesrats vom 29.4.2020 erlauben ab 11. Mai 2020 den Sport unter Einhaltung gewisser Bedingungen. Aikido Switzerland erlässt folgende Empfehlungen:

1. Ausgangslage

- Es gilt die durch den Bundesrat angeordnete Covid-19-Verordnung vom 16.3.2020.
- Gruppen von mehr als fünf Personen sind verboten und werden durch die Polizei gebüsst.
- Es gilt der Mindestabstand von 2m und Platzbedarf von 10 m² pro Person.
- Es gelten die Hygienevorschriften des BAG.

2. Ziele des Verbands

- Das Aikido-Training soll unter Einhaltung der in diesem Konzept festgehaltenen Massnahmen schnellst möglich wieder aufgenommen werden können.
- Alle Dojos und Aikidokas halten sich strikte an die Anweisungen.
- Wir sind solidarisch und wollen keine Sonderregelung.
- Wir wollen klare, einfache Regelungen und pragmatische Lösungen. Jeder weiss, was er darf und was nicht (Verband, Klub-/Vereinsleiter, Mitarbeitende, Trainer, Aikidokas, Reinigungspersonal, Begleitpersonen, Eltern von Kinder-Aikidoka)

3. Verantwortlichkeit

- Die Verantwortung und die Umsetzung der Massnahmen liegen bei den Dojos / Klubs / Vereinen und bei den Aikidokas selbst. Der Verband kann die Massnahmen nur empfehlen.
- Jedes Dojo ernennt einen Verantwortlichen zur Sicherstellung aller Vorgaben (Dojo Cho oder vergleichbar) der diese Vorgaben umsetzt. Dabei wird dieses Protokoll als Checkliste für die Umsetzung empfohlen und kann auf Verlangen bei Bedarf vorgewiesen werden.



4. Risikogruppen

- Grundsatz: Athleten und Trainer mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Sie rufen ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen. Die Trainingsgruppe ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.
- Viele Aikidokas sind Kinder und Jugendliche. Diese sind primär nicht oder wenig gefährdet durch den Virus.
- Besonders gefährdete Personen (siehe Empfehlungen des BAG) wird empfohlen zu Hause zu bleiben.
- Wer krank ist oder Erkältungssymptome verspürt, bleibt zu Hause (dies gilt auch für Kopf- und Halsschmerzen oder Atembeschwerden)
- Wer während des Trainings erkrankt, meldet dies umgehend dem Kursleiter/Trainer und verlässt das Training.

5. Voraussetzungen für den Trainingverlauf

- Grundsätzlich gilt ein Mindestabstand von 2m und Platzbedarf von 10 m² pro Person.
- Verfügen Dojos über ausreichend Trainingsfläche (m²) können auch mehrere Gruppen à max. 5 Personen trainieren. Die Trainingsflächen pro Gruppe müssen deutlich sichtbar abgegrenzt werden

Trainingsform :

- Grundsätzlich gilt : Keine Techniken mit Körperkontakt.
- Der Mindestabstand von 2 m muss eingehalten werden.
- Der Boden / Tatami-Matten müssen markiert sein, um einen Abstand von 10 m² pro Person einzuhalten (z. B. mit Klebeband, Seilen, Stöcke).
- Aikido enthält eine Vielzahl von Übungen, die ohne physischen Kontakt mit dem Partner oder alleine durchgeführt werden können. Wir empfehlen die Arbeit mit Jo, Bokken, Hojo und / oder Schlag-, Bewegungs- und Rollübungen, die ohne Partner durchgeführt werden.
- Der Austausch von Trainingsgeräten ist nicht gestattet (z. B. Techniken mit einem Stock / Jo, die von zwei Personen gleichzeitig gehalten werden, auch ohne direkten Kontakt
- Im Falle eines Unfalls kümmert sich der Trainer um die Verletzten. Die anderen Teilnehmer bleiben in den zugewiesenen Trainingsbereichen.
- Anweisungen / Erklärungen können nur durch Ferndemonstration ohne physischen Kontakt oder dann verbal gegeben werden.



Infrastruktur :

- Dojo /Trainingsinfrastrukturen für das Aikido
- Toiletten: nur jeweils eine Person.
- Garderoben: In Garderoben/Duschen wird die Anzahl Personen anhand der Abstandsregel 2m zu jeder Person sowie 10m²/Person festgelegt. Ist dies nicht möglich bleiben die Garderoben geschlossen und die Trainierenden erscheinen bereits in der Trainingskleidung. In diesem Fall sind geeignete Flächen für das Deponieren von Jacken und Schuhen auszuweisen
- Das Training kann auch in Outdoor-Sportanlagen stattfinden. Die gleichen Abstandsregeln gelten im Freien. Vermeiden Sie überfüllte Orte. Öffentliche Parks sind verboten.

6. Überwachung der Teilnehmer:

- Alle Kursteilnehmer müssen registriert sein (Nachname, Vorname und Telefonkontakt), sei es in digitaler Form (elektronisches Präsenzsystem) oder auf der Trainingsteilnahmeliste jedes Dojos. Zum zweiten wird am Eingang eine Liste bereitgestellt, auf die die Teilnehmer jedes Mal ihre Namen und Vornamen schreiben.

7. Ankunft im Dojo und Abfahrt vom Dojo

- Der Eintritt über eine Treppe erfolgt unter Einhaltung des Mindestabstands von 2 Metern zwischen zwei Personen.
- Es wird nicht empfohlen, den Aufzug zu benutzen. Wenn nicht anders möglich, sind maximal 2 Personen erlaubt
- Begleitpersonen (zum Beispiel Eltern / Brüder und Schwestern) sind im Dojo nicht gestattet. Bringen und Abholen der Kinder erfolgt nur am Eingang, unter Einhaltung der Distanzen).

8. Dojo-Hygieneregeln (s. auch Checkliste Reinigungskonzept)

- Im Dojo und in den Toiletten muss eine ausreichende Menge Seife, Einweghandtücher und Desinfektionsmittel bereitgestellt werden.
- Alle Mülleimer müssen regelmäßig geleert werden.
- Die Teilnehmer nehmen ihren eigenen Müll mit (Taschentücher, Flaschen usw.)
- Toiletten sowie Duschen und Umkleidekabinen müssen regelmäßig gereinigt und desinfiziert werden (sofern sie benutzt werden).



- Die Teilnehmer müssen ihre Hände beim Betreten des Dojos und nach dem Training waschen oder desinfizieren.
- Die Teilnehmer müssen ihre eigenen Waffen benutzen (Jo, Bokken, Hojo). Wenn sie keine zur Verfügung haben, können sie die Waffen aus dem Dojo ausleihen. In diesem Fall sind die Hände vor und nach Gebrauch der Waffen zu desinfizieren. Die Waffen müssen regelmässig mit einem geeigneten Mittel gereinigt werden (zB. Holzseife)
- Das Dojo ist für die Anforderungen im Zusammenhang mit der Reinigung des Dojos verantwortlich (z. B. Tatami-Matten, Türgriffe usw.) oder es muss mit dem Eigentümer geklärt werden.
- Dojo-Manager müssen ihren Mitarbeitern / Reinigungspersonal / Trainern usw. Informationen in Bezug auf Reinigungs- und Kontrollanforderungen zur Verfügung stellen.
- Nach jedem Training muss gelüftet werden (10 Minuten).
- Die Teilnehmer bringen ihre eigenen Wasserflaschen mit.
- Jegliche Bezahlung erfolgt bargeldlos

9. Vor / nach dem Training

- Zwischen den Lektionen (Pausen) muss genügend Zeit liegen, um ein Treffen zwischen aufeinanderfolgenden Teilnehmern zu vermeiden.
- Die Teilnehmer verlassen die Räumlichkeiten sofort nach dem Training.
- Aikidokas dürfen nur kurz vor Kursbeginn (5-10 Minuten vor dem Training) zum Dojo kommen.
- Während der Anwesenheit im Dojo ist kein physischer Kontakt gestattet, auch nicht zwischen Personen die sich sonst häufig treffen (Mitgliedern derselben Lebensgemeinschaft, Familie, Partner).

10. Kommunikation

- Das Konzept des Schutzes wird den Dojos per E-Mail sowie auf der Website des Vereins und auf Facebook mitgeteilt.
- Die Maßnahmen dieses Schutzkonzepts müssen den Teilnehmern / Schülern durch die Dojo-Verantwortlichen mitgeteilt und auch vor Ort bekannt gegeben werden.
- Die spezifischen Vorschriften / Empfehlungen der jeweiligen Dojos / Clubs / Sportvereine müssen selbst ausgefüllt werden.
- Das BAG-Poster "Wie wir uns schützen" muss vor Ort angezeigt werden (Download BAG).



AIKIDO SWITZERLAND

11. Informationen für Mitglieder / Studenten

- Die Dojo-Verantwortlichen erstellen ein Infoblatt für ihre Mitglieder, das den Gegebenheiten ihres Dojos Rechnung trägt. Das Blatt muss allen Mitgliedern rechtzeitig vor der Neueröffnung zugeschickt werden, zusammen mit dem BAG-Blatt (link)
- Das Blatt muss im Dojo gut sichtbar in allen nötigen Sprachen mit dem BAG-Blatt plakatiert werden.

Peseux, 5. Mai 2020

Andreas Hänggi
Präsident Aikido Switzerland

Sonja Graf
Generalsekretärin



ANNEX

Reinigungskonzept FÜR DIE DOJOVERANTWORTLICHEN :

Vorbereitung / Kontrolle

- Wasserleitungen gespült vor Wiederinbetriebnahme der Anlage (mehrere Entnahmestellen öffnen und mehrere Minuten laufen lassen)
- Seife und Enweghandtücher bei den Waschstellen
- Händedesinfektionsmittel bei den Waschstellen und Eingängen
- Desinfektionsmittel für Reinigung zwischen den Trainings
- Desinfektionsmittel im Trainingsbereich für die Desinfektion gemeinsam verwendeter Objekte

Vor / Nach jedem Training

- Verwendete Trainingsobjekte desinfizieren
- Türklinken, Türgriffe, Fenstergriffe, Handläufe, Deckel und Griffe von Abfalleimern etc. desinfizieren
- Im Sanitärbereich Toilettendeckel, Spülknöpfe, Wasserhähne desinfizieren
- Raum lüften (min. 10 Minuten)
- Bestand von Seife, Desinfektionsmittel, Handtücher etc. kontrollieren

Täglich

- Böden mit handelsüblichem Reinigungsmittel reinigen, 1x wöchentlich desinfizieren
- Wc reinigen / desinfizieren
- Abfall leeren, dabei nicht anfassen (Handschuhe verwenden) und Abfallsäcke nicht zusammendrücken



Beispiel für ein Merkblatt

« SOLL ICH INS TRAINING KOMMEN? »

- Wenn ich mich krank fühle, bleibe ich zu Hause und informiere meinen Trainer, ob ich für ein Training angemeldet bin oder ob ich in den letzten 2 Wochen ein Training absolviert habe!

VOR DEM TRAINING

- Ich bringe meine persönliche Trainingsausrüstung und eine volle Flasche Wasser mit!
- Ich wasche meine Füße gut vor dem Training!
- Ich wasche meine Hände mit Wasser und Seife, bevor ich sie trainiere oder desinfiziere!
- Wenn möglich, bringe ich mein eigenes Händedesinfektionsmittel mit!
- Ich erscheine nur kurze Zeit vor dem Training (max. 5 Minuten im Voraus) und (wenn möglich) bereits in Trainingskleidung (Kimono)!

IM DOJO

- Ich respektiere die Mindestentfernung von 2 Metern und die Bodenmarkierung auf dem Trainingsfläche.
- Ich berühre nicht die Gegenstände anderer Leute!
- Ich folge strikt den Anweisungen der Trainer und halte mich immer an die angegebenen Schutzmaßnahmen. Training ohne körperlichen Kontakt!
- Ich verlasse den zugewiesenen Bereich erst nach Einverständnis des Lehrers!
- Ich wasche meine Hände nach dem Training mit Wasser und Seife oder desinfiziere sie!
- Ich verlasse das Dojo sofort nach dem Training!
- Ich nehmen den persönlichem Müll nach Hause!
- Ich nehme meine persönliche Ausrüstung mit!