

## Trainingsbetrieb während der Corona-Pandemie



Auf Grund der neusten Restriktionen durch das Gesundheitsamt Kanton Schaffhausen bzw. durch das Bundesamt für Gesundheit BAG, gemäss

**Verstärkte Massnahmen schweizweit, gültig ab 29. Oktober 2020 bis auf weiteres,** gelten ab sofort beim Aikido Schaffhausen neue Regeln für den Trainingsbetrieb:

Ab sofort werden nur noch Einzeltrainings oder Techniktrainings **ohne Körperkontakt** durchgeführt.

Vom Tragen einer Maske kann abgesehen werden, wenn die Abstände eingehalten werden und die Teilnehmerzahl 8 Personen (inklusive Trainer) nicht übersteigt.

Bei 8 Teilnehmern, für die Dojo Mattenfläche von 100m<sup>2</sup>, macht das 12.5m<sup>2</sup>/Person oder min. 4 Matten/Person.

Vor dem Training sind die Füsse und Hände zu waschen oder zu desinfizieren.

Für das Betreten und das Verlassen der Mattenfläche sind die Abstandsregeln einzuhalten.

Für die Beginn- und Schluss-Meditation im Fersensitz ist der nötige Abstand, bei Bedarf in zwei Reihen, einzuhalten.

Jeder Teilnehmer bezieht seine eigene Trainingsfläche und verlässt diese erst am Schluss der Trainingseinheit. Waffen (Jo/Bokken) müssen vorgängig auf die Trainingsfläche mitgenommen werden und dienen als Trennung zum Nachbarn. Wer keine Waffen hat, kann welche ausleihen und soll diese nach Gebrauch desinfiziert zurückgeben.

In den Garderoben bzw. in den Gängen dürfen sich höchstens 4 Personen bzw. in den Duschen höchstens 3 Personen mit dem nötigen Abstand gleichzeitig aufhalten.

Vor und nach dem Training wird die Trainingshalle durch Öffnen eines der Flügelfenster (mit hochgezogenem Laden) und der Notausgangstüre quer gelüftet.

Nach dem Training ist die Mattenfläche mit dem breiten weissen Flaumer und mit Desinfektionsmittel zu reinigen.

Das Kreuzen mit Personen aus anderen eingemieteten Sportgruppen ist zu vermeiden oder beschränkt durch Tragen einer Maske mit dem nötigen Abstand möglich.  
Eine Durchmischung mit Dritten in den Garderoben ist verboten!

Wer Anzeichen einer Erkältung, Kopf- oder Halsschmerzen hat, bleibt vom Training fern und informiert die Trainingsleitung oder den Vorstand.

Bei einer weiteren Verschärfung der Massnahmen für Kontaktsportarten wird das Training eingestellt.

Für Änderungen der Schutzmassnahmen sind das **Gesundheitsamt Kanton Schaffhausen** bzw. das **Bundesamt für Gesundheit BAG** massgebend.

Auszug aus den Details zu den letzten Änderungen der Massnahmen vom 29. Oktober 2020:  
Keine sportlichen und kulturellen Freizeitaktivitäten mit mehr als 15 Personen.

Sportliche und kulturelle Freizeitaktivitäten sind in Innenräumen mit bis zu 15 Personen erlaubt, wenn sowohl genügend Abstand eingehalten werden kann als auch Masken getragen werden. Von einer Maske kann abgesehen werden, wenn grosszügige Raumverhältnisse vorherrschen, etwa in Tennishallen oder grossen Sälen. Im Freien muss nur der Abstand eingehalten werden. Kontaktsport ist verboten. Von den Regeln ausgenommen sind Kinder unter 16 Jahren.