



Schutzkonzept Karate-Do

Die Vorgaben des Bundesrats vom 29.4.2020 erlauben ab 11. Mai 2020 Sport/Karate unter Einhaltung gewisser Bedingungen auszuüben. Die STKF 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 Karate-Training soll unter Einhaltung der in diesem Konzept festgehaltenen Massnahmen wiederaufgenommen werden können.
- Alle Dojos und Karatekas halten sich strikte an die Anweisungen. Diese sind als Minimalanforderung anzusehen und können durch die Dojos durch weitere Massnahmen ergänzt werden.
- Wir sind solidarisch und wollen keine Sonderregelung.
- Wir wollen klare, einfache Regelungen und pragmatische Lösungen.
- Jeder weiss, was er darf und was nicht (Verband, Dojo-Leiter, Karatekas Begleitpersonen, Eltern von Kinder-Karatekas)

3. Verantwortlichkeit

- Die Verantwortung und die Umsetzung der Massnahmen liegen bei den Dojos und den Karatekas selbst. Der Verband kann die Massnahmen nur empfehlen.
- Der Verband übernimmt keine Verantwortung für die Wirksamkeit und die Umsetzung der empfohlenen Massnahmen. Jeder Teilnehmer nimmt an den Trainings auf eigenes Risiko teil.
- Jedes Dojo ernennt einen Verantwortlichen zur Sicherstellung, dass diese Vorgaben korrekt umgesetzt werden. Dabei wird dieses Protokoll als Checkliste für die Umsetzung empfohlen und kann auf Verlangen bei Bedarf vorgewiesen werden.

4. Risikogruppen

- Grundsatz: Karatekas mit Krankheitssymptomen (Husten, Fieber, Atembeschwerden, Kopfweh, Geruchs- oder Geschmacksverlust, Schnupfen, Hals- und Rachenschmerzen, Muskel- oder Gelenkschmerzen, Erbrechen/Durchfall und allg. Unwohlsein) 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.



- Besonders gefährdeten Personen (siehe Empfehlungen des BAG) wird empfohlen zu Hause zu bleiben.
- Wer in den vergangenen 14 Tagen Kontakt mit einem an Corona Erkrankten hatte, darf nicht am Training teilnehmen und meldet sich telefonisch beim Hausarzt.
- Auch ohne die typischen Symptome kann man Träger des Virus und damit ansteckend sein.
- Wer sich während dem Training nicht gut fühlt, meldet dies umgehend dem Sensei / Sempai und verlässt das Training.

5. Voraussetzungen für den Trainingverlauf

- Grundsätzlich gilt ein Mindestabstand von 2m und ein Platzbedarf von 10 m² pro Person.
- Verfügten Dojos über ausreichend Trainingsfläche (m²) können auch mehrere Gruppen à max. 5 Personen trainieren. Die Trainingsflächen pro Gruppe müssen deutlich sichtbar abgegrenzt werden
- Das Dojo ist nach jedem Training ausgiebig (mind. 15min) zu lüften. Falls dies nicht möglich ist, muss das Training im Freien durchgeführt werden. Ein Training im Freien ist punkto Hygiene sehr viel unproblematischer, als in einem geschlossenen Raum (Aerosole, die Viren enthalten, können über Stunden in der Luft verweilen).

Trainingsform:

- Grundsätzlich gilt: Keine Techniken mit Körperkontakt. Kein Kiai.
- 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).
- Karate-Do enthält eine Vielzahl von Übungen, die ohne physischen Kontakt mit dem Partner oder alleine durchgeführt werden können. Kumite-Training ist bis auf Weiteres untersagt.
- Der Austausch von Trainingsgeräten ist nicht gestattet.
- 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.

6. Infrastruktur

- 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.



7. 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.
- Beim Eingang wird eine Liste bereitgestellt, auf die die Teilnehmer jedes Mal ihre Namen und Vornamen schreiben.

8. Ankunft im Dojo und Abfahrt vom Dojo

- Der Eintritt über eine Treppe erfolgt unter Einhaltung des Mindestabstands von 2 Metern zwischen zwei Personen.
- 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).

9. 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.
- 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-Leiter müssen ihren Mitarbeitern / Reinigungspersonal / Trainern usw. Informationen in Bezug auf Reinigungs- und Kontrollanforderungen zur Verfügung stellen.
- Nach jedem Training muss ausreichend gelüftet werden (mind. 15 Minuten).
- Die Teilnehmer bringen ihre eigenen Wasserflaschen mit.

10. 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. Karatekas 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).
- 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 müssen selbst ausgefüllt werden.
- Das BAG-Poster "Wie wir uns schützen" muss vor Ort angezeigt werden

12. Informationen für Mitglieder

- 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
- Das Blatt muss im Dojo gut sichtbar in allen nötigen Sprachen mit dem BAG-Blatt plakatiert werden.

Bern, 10. Mai 2020

David Milani

Sensei Piacun

Präsident STKF

Shihan STKF

SWISS TRADITIONAL KARATE DO AND KOBUDO FEDERATION (STKF)
David Milani, Präsident STKF, Monbijoustrasse 10, 3011 Bern