

Schutz-Konzept WING-TSUN.fit für Erwachsene

Dieses Inhaltlichen Vorgaben zur Struktur des Schutzkonzeptes gelten für Training ohne Körperkontakt (Chi-Kung / Escrima / Wing-Tsun) für Erwachsene

1. Risikobeurteilung und Triage

1. Es dürfen nur Ausbilder/ innen und Teilnehmer/innen anwesend sein, die gesund sind.
2. Wer Krankheitssymptome hat, bleibt zu Hause
3. Die Trainingsgruppe ist umgehend über die Krankheitssymptome zu informieren. Dazu wird Kontakt mit der Leitung aufgenommen, die alles koordiniert

2. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

1. Es soll wenn immer möglich auf den Öffentlichen Verkehr verzichtet werden. Falls dieser genutzt wird, soll man sich an die Weisungen des Öffentlichen-Verkehrs halten

3. Infrastruktur

1. Platzverhältnisse /Trainingsortverhältnisse:
 - a. In Bülach: 155 Quadratmeter / in Kloten 180 Quadratmeter zur Verfügung
 - b. Genügend Fenster und Türen zur Lüftung
2. Umkleide / Dusche / Toiletten
 - a. Duschen ist während dieser Zeit den Teilnehmer/innen untersagt
 - b. Die Teilnehmer/innen sollen bereits umgezogen zum Unterricht erscheinen
3. Reinigung (der Sportstätten)
 - a. Nach jeder Lektion werden die Räumlichkeiten gereinigt
4. Verpflegung
 - a. Kaffeebar ist momentan geschlossen
5. Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur
 - a. Die Teilnehmer/innen müssen sich im Vorfeld online für eine Lektion anmelden. Der Termin wird bestätigt

- b. Es wird eine Eingangskontrolle geben, zur Kontrolle der Anzahl der Teilnehmer/innen und Regulierung der Anwesenden im Raum
 - c. Die Teilnehmer/innen werden registriert
 - d. Zwischen den einzelnen Lektion wird es eine grössere Pause geben, damit die Teilnehmer/ innen ohne Kontakt wechseln können
 - e. Die Trainingseinheiten werden auf 60 statt auf 90 Minuten verkürzt
 - f. Die Abstandsmarkierungen bleiben in jeder Lektion bestehen
6. Verteilung von mehreren Gruppen in grösseren Sportanlagen, inkl. Wasserflächen.

Es ist höchstens in Gruppen von 5 Personen (inkl Trainer) zu trainieren. Wenn mehrere Gruppen gleichzeitig den Trainingsraum benützen, ist der Raum mit der Signalisierung abzutrennen (mind. 2m Abstand zwischen den Gruppen).

- a. In den Räumlichkeiten werden klar ersichtliche Trainingsbereiche für jede/n Teilnehmer/in markiert, mind. 10m² pro TN.
- b. Der Raum wurde mit Trainingsfelder markiert, die alle mind. 2 Meter auseinanderliegen
- c. Sofern genügend Fläche vorhanden ist, kann der Raum in mehrere, gleichzeitig nutzbare, Trainingsfelder (à 5 Personen mit mind. 50m²) aufgeteilt werden. Diese Felder sind markiert, liegen mind. 2 Meter auseinander und werden je einer Gruppe zugeteilt.

4. Trainingsformen, - spiele und –organisation

- 1. Einhalten der übergeordneten Grundsätze in adäquanten oder angepassten Trainings-, bzw. Übungsformen
 - a. Wing-Tsun / Escrima und Chi-Kung beinhaltet Grundformen, welche Einzelübungen sind und ohne Trainingspartner ausgeführt werden können
Neben den Formen, können die meisten Elemente als Drill oder als Einzelübung in die Luft ausgeführt werden. Hierbei liegt der Fokus auf der Köpereinheit, Koordination, Achtsamkeit, Gleichgewicht, etc.
Diese können ohne Probleme in Kleingruppen umgesetzt werden, ohne dass ein Körperkontakt entsteht. Im Unterricht wird die / der Ausbilder/in die Übung in die Luft vorzeigen und die Teilnehmer/innen werden es nach und mitmachen. Dies immer in ihrem markierten Flächenbereich. Dadurch ist auch der Abstand gewahrt. Die Korrektur der Bewegung erfolgt verbal und durch Erklärung ohne Korrektur-Kontakt am Körper.

- b. Es werden auf sogenannte „Fühlübungen“, typische Festhaltegriffe und Befreiungen, sowie auf Schlagübungen am „Mann“ verzichtet
 - c. Es wird in Kleingruppen mit 5 Personen inkl. Lehrer trainiert
2. Material:
- a. Eigens Material wird mitgebracht (Chi-Kung: eigene Matten / Escrima: eigene Stöcke)
 - b. Falls Material der Schule verwendet wird, wird dieses nach jedem Gebrauch desinfiziert
 - c. Das Material wird während der Lektion nicht mit anderen Person ausgetauscht
3. Risiko / Unfallverhalten
- a. Durch die Einzelübungen in die Luft ist das Verletzungsrisiko minimiert
4. Schriftliche Protokollierung der Teilnehmer/innen
- a. Jede Teilnehmer/in meldet sich im Vorfeld online an
 - b. Listen zeigen den Leiter/innen vor Ort, wer mitmachen kann
 - c. Vor Ort werden alle Teilnehmer jeder Lektion erfasst
 - d. Alle Daten Handy-Nummer und Email, Adresse ist in der Mitgliederdatei für die Leiter/in einsehbar

5. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

1. Überwachung, Commitment und Rollenklärung
- a. Die / der Leiter/in vor Ort koordiniert das Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten. Ebenfalls wird durch diese Person die Teilnehmer/innen erfasst und kontrolliert.
 - b. Diese Person ist ebenfalls für die Hygienevorschriften im Raum nach und vor der Lektion verantwortlich
 - c. Zudem kann die / der Leiter/in eine/n Teilnehmer/in nach Hause schicken, falls diese sich nicht an die Regeln hält, nicht vorangemeldet ist oder Krankheitssymptome aufweist
 - d. Die Koordination der Anmeldungen und die Bestätigung, wer an welcher Lektion teilnehmen darf, wird über die Schulleiterin Denise Rössler koordiniert
 - e. Alle vorgenommen Massnahmen durch die / den Leiter vor Ort wird an Denise Rössler rückgemeldet
 - f. Denise Rössler meldet vor der Lektion dem / der Leiter/in vor Ort, wer an der Lektion teilnehmen wird

6. Kommunikation

- a. Die Kommunikation läuft über die Schulleiterin Denise Rössler. Sie erstellt die Teilnehmer/Listen und verteilt diese an die weiteren Leiter vor Ort. Momentan werden aber die Lektionen nur von ihr geleitet. Falls weitere Ausbilder/innen ebenfalls wieder Lektionen übernehmen, werden die Infos direkt per Mail oder kurzfristige Änderungen / Absagen über Whatup kommuniziert.
- b. Die Teilnehmer/innen werden über die Sicherheitsvorkehrungen im Vorfeld informiert
- c. Da uns kein Dachverband vorsteht läuft die Kommunikation intern mit Teilnehmer/innen, Leiter/innen und der Schulleitung Denise Rössler

Beilage:

- Was ist Wing-Tsun / Chi-Kung / Escrima?
- Beschrieb der WING-TSUN.fit Schulen Kloten und Bülach
- Kontaktdaten