



Judo- Club „Samura“ Oranienburg e.V.

Anschrift: Kölner Str. 10, 16515 Oranienburg,
Tel.: 03301 / 524089, eM@il: jc.samura@web.de



Angepasste Nutzungsbedingungen für die Trainingsstätte des JC „Samura“ Oranienburg, gültig ab dem 14.06.2021:

Allgemein

Um zunächst ein Umfeld zu schaffen, in dem ein Trainingsbetrieb wieder möglich ist, werden wir die folgenden Maßnahmen durchsetzen:

- Jeder Sportler ab 6 Jahren muss vor jedem Training entweder ein **negatives Testergebnis** (auch Selbsttest unter Aufsicht vor Ort möglich), welches nicht älter als 24 h ist, einen **Impfnachweis** oder einen **Nachweis, dass er genesen ist** (positives PCR-Testergebnis), vorweisen können.
- Jeder Sportler benötigt einen festen Termin, um in der Halle trainieren zu dürfen. (Alle Trainingsgruppen haben ihre festen Trainingszeiten)
- In der gesamten Halle einschließlich Umkleidekabinen besteht bis zum Betreten des jeweiligen Sportraumes Maskenpflicht.
- Die Sportler werden auf die einzelnen Umkleideräume aufgeteilt. Dabei sind **sämtliche** Sportsachen, einschließlich Handtücher, nach dem Training wieder mit nach Hause zu nehmen.
- Die Duschen dürfen maximal 2 Personen gleichzeitig genutzt werden.
- Es muss jeweils die mittlere Dusche in den Duschräumen stets frei bleiben.
- Die verantwortlichen Trainer müssen eine Anwesenheitsliste aller Sportler führen.
- Bei Missachtung dieser Verordnung kann Sportlern das weitere Training untersagt/verweigert werden.
- In jedem Raum ist alle 30 min ein Stoßlüften durchzuführen.

Training auf der Matte

Vor und nach dem Training ist in jedem Fall weiterhin auf genügend Abstand und die Einhaltung der allgemeinen Gesundheitsregeln zu achten. Die Matte kann nun wieder normal genutzt werden. Sofern kein Kontakt notwendig ist, sollte auf genügend Abstand zwischen Sportlern geachtet werden. Beim Nutzen der Mattenfläche sind folgende Punkte zu beachten:

- Es steht die große Mattenfläche mit 275 m² zur Verfügung. Es ist nur soviel Mattenfläche zu benutzen, wie für die anwesenden Sportler notwendig ist.
- Nach dem Training muss die benutzte Mattenfläche desinfiziert werden.
- Nach jedem Training muss ein Stoßlüften durchgeführt werden.
- Zwischen Trainingseinheiten ist eine Pause von mindestens 30 Minuten einzuhalten.
- Kinder und Jugendliche werden altersgerecht in 6 Gruppen mit jeweils aufgeteilt. Jeder Gruppe stehen bis zu 90 Minuten Trainingszeit pro Tag zur Verfügung.
- Bei der Ausübung von Kontaktsport im Kinder- und Jugendbereich wird darauf geachtet, dass der Partner innerhalb eines Trainings beibehalten wird.



Judo- Club „Samura“Oranienburg e.V.

Anschrift: Kölner Str. 10, 16515 Oranienburg,
Tel.: 03301 / 524089, eM@il: jc.samura@web.de



Kraft- und Tischtennisraum

Natürlich betreffen die Regelungen nicht nur die Mattenfläche. Für alle, die sich im Kraft- oder Tischtennisraum betätigen wollen gelten folgende Punkte:

- Vor dem Training müssen sich alle Sportler in die ausgelegte Anwesenheitsliste eintragen
- Zwischen zwei Sportlern muss stets ein Sportgerät frei bleiben, um den Abstand zu gewährleisten.
- Es darf nur Stationstraining durchgeführt werden, d.h. es ist kein ständiger Wechsel von Geräten gestattet.
- Sobald an einem Gerät fertig trainiert wurde, muss dieses umgehend desinfiziert werden.
- Im Tischtennisraum dürfen sich maximal zwei Sportler gleichzeitig aufhalten und Tischtennis spielen.
- Nach jedem Spiel ist die Platte zu desinfizieren und der Raum ausgiebig zu Lüften.

Ergo-Raum

Grundsätzlich gelten hier die gleichen Regeln wie im Kraft- und Tischtennisraum:

- Im Ergo-Raum dürfen sich maximal 2 Sportler gleichzeitig aufhalten
- Auch hier ist vor dem Verlassen des Raumes jedes benutzte Gerät zu desinfizieren sowie ein Stoßlüften durchzuführen

Sauna

Auch unsere Sauna-begeisterten Mitglieder wollen wir nicht außen vor lassen. Ab dem 14.06.2021 ist auch diese wieder geöffnet. Hier die Regeln für die Sauna Nutzung:

- Die Sauna muss auf über 80°C geheizt werden.
- Es dürfen nicht mehr als drei Personen die Sauna gleichzeitig benutzen.