



**Hygienekonzept für Ju-Jutsu Erwachsene am Mittwoch auf Drittel Rasenplatz ASS (1800m²)
19:00 -21:00**

- Start 17.6. an 7 Terminen bis 29.7.
- Maximal 10 Teilnehmer inkl. Trainer bei 40m² pro Person und Abstand 1,5m
- Trainingsinhalte: Fitness, Kräftigung, Fallschule, Bewegungslehre, Kata. Es finden keine Übungen mit Körperkontakt statt!
- Teilnehmer werden darauf hingewiesen, dass
 - bei Ankunft und Verlassen des Trainings der Abstand von 1,5m einzuhalten ist
 - keine Sanitäreinrichtungen sowie Umkleiden zur Verfügung stehen
- Trainer führt eine Teilnehmerliste mit Datum, Zeit, Name, Telefonnummer

Interne Hinweise für die Trainer und Teilnehmer:

- Bei Anzeichen einer Atemwegserkrankung ist von der Teilnahme abzusehen
- Bei nachweislichem Kontakt zu einer infizierten Person, darf 14 Tage nicht am Training teilgenommen werden
- Teilnehmer sollen sich im Vorfeld anmelden, sodass max. 10 Personen teilnehmen und die Teilnehmerliste vorbereitet werden kann.
- Teilnehmer sollen umgezogen kommen.
- Normale Sportkleidung: Grasflecken durch Fallschule möglich, Schuhe ohne Profil
- Es werden keine Vereinstrainingsgeräte ausgegeben.

Marc Bohusch
Trainingsleitung Ju-Jutsu SC Denkendorf