



Trainingsbetrieb während CoViD-19

Die Einschränkungen auf Grund der Pandemie CoViD-19 haben uns alle hart getroffen - sowohl beruflich, als auch im privaten Bereich. Die große Disziplin eines jeden Einzelnen hat einen wichtigen Teil zur Eindämmung der Krankheitswelle beigetragen.

Da Disziplin eine wichtige Tugend im Karate-Do darstellt, die uns während des gesamten Trainings begleitet, möchten wir als gutes Beispiel voran gehen. Wir denken einen guten Mittelweg gefunden zu haben, um das Infektionsrisiko auf ein Minimum zu beschränken und gleichzeitig den Trainingsbetrieb (beinahe uneingeschränkt) aufrecht erhalten zu können. Damit dies bewerkstelligt werden kann ist jedoch, wie schon erwähnt, die Disziplin von uns allen gefordert. Es gilt einige Sicherheitsmaßnahmen einzuhalten, um sich selbst und andere zu schützen - damit wir auch langfristig gemeinsam trainieren und Spaß haben können.

Vor Trainingsbeginn:

Leider können wir nicht vorhersagen wie viele Karatekas zu unseren Trainingseinheiten kommen werden. Aus diesem Grund und weil die Umkleidekabinen unter Umständen zu klein wären, um einen ausreichenden Sicherheitsabstand zu gewährleisten, kommen wir alle bereits fertig umgezogen im Karate Gi (Trainingsbekleidung) zum Training. Die Schuhe und Socken können in der Garderobe ausgezogen werden.

Trainingsablauf:

Noch vor Trainingbeginn trägt sich jeder selbst in eine aufliegende Anwesenheitsliste ein. Dies ist ein von seitens der Regierung gefordertes Instrument, um im Falle einer nachgewiesenen Infektion eines Vereinsmitglieds, rasch alle Kontaktpersonen ausfindig machen zu können. Danach beginnen wir unser Training wie gewohnt mit unserer Meditation. Einziger Unterschied: Wir achten auf einen Mindestabstand von 2m untereinander. Bei größeren Trainingsgruppen kann es deswegen nötig sein zwei Reihen zu bilden. Keine Sorge, eure Trainer achten darauf und geben euch Bescheid. Nach dem Training wird der Turnsaal zügig verlassen und wir sehen vom Duschen in den Trainingsstätten ab. Dies ist auch eine Maßnahme zur Infektionsprävention.



Körperkontakt beim Trainieren:

Karate ist ohne Zweifel eine sehr energische und körperbetonte Aktivität, die sich auf Grund ihres Ursprungs auch zum Ziel setzt, gemeinsam mit einem Trainingspartner zu interagieren. **Körperkontakt während dem Training ist nun nicht mehr untersagt. Jedoch setzen wir in Zeiten der Einschränkungen unsere Schwerpunkte während den Trainingseinheiten bewusst anders.** Sollte es notwendig oder erwünscht sein gewisse Übungen gemeinsam mit einem Trainingspartner vorzuzeigen oder zu lernen, wird dies **vorübergehend** ausschließlich **auf freiwilliger Basis** gemacht. D. h. wer sich dabei unwohl fühlt, oder einfach keinen Kontakt mit anderen Personen riskieren möchte, muss an diesen Übungen nicht teilnehmen bzw. kann diese ohne Trainingspartner mitmachen.

Um Komplikationen zu vermeiden bitten wir euch, vom Besuch eines Trainings abzusehen, wenn ihr euch nicht ganz wohl fühlt, Anzeichen einer Erkältung habt, oder es Krankheitsfälle bei euch zu Hause gibt. **Bitte beachten Sie die beigefügte Einverständniserklärung für Minderjährige!**

In diesem Sinne - bleibt gesund und diszipliniert, dann werden wir auch unter gegebenen Umständen noch viel Spaß beim Training haben!

Euer Trainer-Team des Nagato Pinkafeld/Oberschützen



HSV - Sport Union - NAGATO Pinkafeld

Shotokan Karatedo International Österreich

Einverständniserklärung für Minderjährige

Wir möchten an dieser Stelle nochmals darauf hinweisen, dass Übungen mit Körperkontakt, Teil des Karatetrainings sein können. Uns liegt der Schutz unserer Vereinsmitglieder und derer Familien am Herzen. Aus diesem Grund bitten wir um die freiwillige Einwilligung der Erziehungsberechtigten zur Teilnahme ihres Kindes/ ihrer Kinder, an den Trainingseinheiten. **Anderenfalls, bzw. bis zur Abgabe der unterschriebenen Einverständniserklärung, ist für Minderjährige die Teilnahme am Karatetraining, zur Zeit leider nicht möglich.** Wir bitten um Ihr Verständnis, hochachtungsvoll

_____ der Vorstand des Karatevereins Pinkafeld/ Oberschützen

Ich bin damit einverstanden, dass meine Tochter/ mein Sohn _____, geboren am _____, an Übungen mit Körperkontakt, im Zuge der Karate Trainingseinheiten, teilnehmen darf. Ich habe das Informationsblatt gelesen und bin mit den Sicherheitsvorkehrungen zur Infektionsprävention durch den Karateverein vertraut. Der Verein und dessen Mitglieder können für eventuelle Krankheitsfälle nicht haftbar gemacht werden.

Weitere Kinder	Name	Geburtsdatum
2. Kind		
3. Kind		
4. Kind		

Ort, Datum

Unterschrift des Erziehungsberechtigten