

Katana Hygienekonzept

Wer krank ist bleibt zuhause!

Wenn du krank bist, infektiöse Krankheitssymptome hast oder Kontakt mit einer positiv getesteten Person hattest, bleib zuhause.

Anmeldung

Aktuell können am Training nur Katana Mitglieder teilnehmen. Für das Training muss man sich über die Katana Webseite anmelden.

Maskenpflicht

Im Schulgebäude müssen alle Personen einen Mund- und Nasenschutz tragen.

Während des Trainings muss bei jeder Übung (z.B. Partnerübungen) bei dem ein Abstand von 1,5 Meter nicht eingehalten werden kann, entweder eine Maske oder einen Men mit Plastikschild getragen werden.

Hände waschen

Vorm Training bitte die Hände waschen und desinfizieren.

Abstand halten

Im Schulgebäude und während des Trainings muss, wenn möglich, ein Mindestabstand von 1,5 Meter eingehalten werden, das gilt z.B.

- a. beim An- und Abgrüßen (Seretsu), wenn notwendig zwei Reihen
- b. beim Aufwärmtraining (Suburi), großer Kreis mit Abstand
- c. bei der Fußarbeit (Ashi-Sabaki), wenn notwendig mehrere Reihen
- d. oder vor-, nach- und zwischen dem Training.

Sporthalle lüften

Nach jeder Trainingseinheit wird die Sporthalle gelüftet.

Hygiene von Equipment

Bitte reinige dein Kendo Equipment nach jedem Training.

- a. Lüfte nach jedem Training dein Keikogi, Hakama, Rüstung gut.
- b. Tausche und wasche dein Tenugui nach jedem Training aus.
- c. Reinige dein Plastikschild vom Men nach jedem Training.