

## swisswushu Empfehlungen (ab 22. Juni 2020)

Gemäss Rahmenvorgaben für den Sport nach Lockerung der Massnahmen

Die Empfehlungen von swisswushu stützen sich auf das Standard Schutzkonzept von Swiss Olympic und dienen allen Wushu/KungFu/Taiji Schulen als Unterstützung um den Unterricht gemäss den Rahmenvorgaben zu ermöglichen.

### Swiss Olympic Standard Schutzkonzept (zwingend)

Das Swiss Olympic Standard Schutzkonzept muss ausgefüllt werden (evtl. ergänzt), ausgedruckt, unterzeichnet, und im Trainingslokal bereit liegen.

### Abstand halten

Grundsätzlich gilt weiterhin Abstand halten wo möglich **(1.5m)**. Bei Kontaktdisziplinen ist klar, dass das während dem Unterricht nicht möglich ist. Wir empfehlen, dass der Trainer den Abstand von **1.5m** immer einhält.

### Hygiene

Wir empfehlen die Regelung bezüglich Reinigung/Desinfektion der Hände/Material weiterhin aufrecht zu erhalten.

### Trainingsfläche (zwingend)

Die Regel, wonach pro Person 10m<sup>2</sup> Trainingsfläche bereitgestellt werden muss, **entfällt**. **Damit bei einem positiven Fall nicht die ganze Schule geschlossen werden muss, wird weiterhin empfohlen auch während dem Training Abstand zu halten (1.5m)**

### Raumkennzeichnung

Wir empfehlen jeden Raum (Trainingsraum, Garderobe, Dusche etc.) mit der max. Anzahl Personen zu kennzeichnen.

### Übrige Räume (Duschen, Garderoben, Aufenthaltsbereich etc.)

Hier gilt **1.5m Abstand** halten. Wir empfehlen weiterhin, dass die Trainierenden schon umgezogen kommen, wenn möglich. Unsere Empfehlung ist **3m<sup>2</sup> pro Person**.

### Trainingsgruppen

Gerade in Trainings mit Körperkontakt, sollten immer gleiche Gruppen gebildet werden. Im Training empfehlen wir, dass immer die gleichen zwei Schüler zusammen trainieren.

### Trainingszeiten/Pausen

Die Lektionen sollten nicht aufeinanderfolgen und mit einer Pause getrennt werden (Empfehlung: 15min Pause). Die Trainierenden verlassen das Trainingslokal unverzüglich und die nächste Trainingsgruppe kommt nicht zu früh an. Dies um eine Durchmischung zu verhindern.

### Präsenzliste

Bei Kontaktdisziplinen empfehlen wir kurz vor dem Start des Trainings ein Foto von den Trainingspaarungen zu nehmen als Protokollierung. Die Anwesenheitsliste, kann weiterhin auf Papier, online oder ebenfalls mit einem Foto erfolgen. Die Personalien müssen von allen Teilnehmern (auch z.B. Probetrainings) erfasst werden.