Judo-Hygieneregeln

Im Krankheitsfall zu Hause bleiben

Personen mit Symptomen einer Atemwegsinfektion ist der Zutritt untersagt. Im Verdachtsfall können Judokas auf Anordnung des Trainers vom Training ausgeschlossen werden

Zutritt zum Dojo

Der Aufenthalt in den Hallen ist ausschließlich zum Zweck des Sport- und Trainingsbetriebs zulässig.

Mund- und Nasenschutz tragen

Beim Betreten und Verlassen der Bielenberghalle ist ein Mund-Nasenschutz zu tragen.

Hände gründlich reinigen

Beim Betreten des Dojos sind die Hände zu waschen oder zu desinfizieren.

Tatami-Etikette

Die Füße müssen vor dem Betreten der Tatami gewaschen oder desinfiziert werden.

Umkleiden und Toiletten

Die Umkleideräume und die Toiletten sind geöffnet; bei der Benutzung ist auf ausreichenden Sicherheitsabstand zu achten und es ist ein Mund-Nasenschutz zu tragen.

Richtig husten und niesen

Nur mit Abstand husten und niesen. In die Ellenbeuge niesen. Möglichst wegdrehen oder Matte verlassen.

Trainingshalle lüften

Nach jeder Trainingseinheit muss eine Stoßbelüftung der Trainingshalle durchgeführt werden.

Teilnehmerlisten

Es muss für jede Trainingsstunde eine Anwesenheitsliste geführt werden, um die Rückverfolgbarkeit im Falle einer Infektion zu gewährleisten.