



Schweizerischer Karate-Verband  
Fédération Suisse de Karaté  
Federazione Svizzera di Karate



## Commitments für Dojo-Trainierende (Erwachsene, Jugendliche)

Anhang 6 zu Corona EXIT-Konzept SKF **02 ab 6. Juni 2020**

### Ich:

01. bin mir bewusst, dass das Training nach vorgegebenem, behördlich verfügbarem, Konzept durchgeführt wird
02. gestalte meine An- und Abreise zum und vom Dojo individuell und vermeide, wenn immer möglich, die Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln. Meine Reisekoordinaten lege ich dem Dojoleiter offen
03. ich akzeptiere, dass ein Zutrittskonzept den Einlass in die Räumlichkeiten regelt
04. weiss, dass ich bei Krankheitssymptomen nicht ins Training komme und den COVID-19 Verantwortlichen des Dojos umgehend informiere damit dieser die Mitglieder meiner Trainingsgruppe benachrichtigen kann
05. notiere auch meine eigenen Kontaktpersonen und beobachte deren Gesundheitszustand
06. hinterlege beim Dojoleiter meine persönlichen Daten (Adresse, Mail, Handy-Nummern)
07. ~~ziehe mich zu Hause um, dusche auch zu Hause,~~ nehme meine eigene Trinkflasche mit und entsorge Abfall zu Hause
08. reinige die Hände vor und nach dem Training gründlich (20-30 Sekunden)
09. ~~dass der Abstand von 2m vor und nach dem Training strikte einzuhalten ist~~ Der Abstand von 1.5m möglichst einhalte.
10. dass bei Körperkontakt immer die gleichen Karatekas in beständigen Teams miteinander trainieren
11. gehe nach dem Training möglichst rasch nach Hause
12. halte alle geltenden Regeln des Bundesamts für Gesundheit auch ausserhalb des Dojos ein

**Ich bin mir bewusst, dass** es aus epidemiologischer Sicht sinnvoll ist, dass sich auf einer Fläche von 10m<sup>2</sup> nur eine Person aufhält und dass Verschiebungen, Kiai und übermässige Atmung die Gefahr einer Ansteckung beinhalten kann

Ich habe obige Bedingungen gelesen, verstanden und erkläre mich mit ihnen einverstanden.

Name, Vorname:

Datum/Ort, Unterschrift:

.....

.....