

## Kickboxen und Covid 19 Maßnahmen/ NMAC- Austria

### Präambel

Die nachfolgenden Richtlinien, Handlungsanweisungen sind als Empfehlungen für das Kickbox-Training im Freiluftbereich u verstehen. Diese Empfehlungen basieren auf der 197. Verordnung des Bundesministers für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz betreffend Lockerungen der Maßnahmen, die zur Bekämpfung der Verbreitung von COVID-19 ergriffen (siehe Covid 19 Lockerungsverordnung 30.04.2020)

Link:

[https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/BgblAuth/BGBLA\\_2020\\_II\\_197/BGBLA\\_2020\\_II\\_197.html](https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/BgblAuth/BGBLA_2020_II_197/BGBLA_2020_II_197.html)

### Ausnahmeregelungen zum Betretungsverbot von Sportstätten für Spitzensportler

Diese Richtlinien sind an die vom 17.4.2020 erlassenen Ausnahmeregelungen vom Betretungsverbot von Sportstätten ab 20.4.2020 für den allgemeinen Kickboxtrainingsbetrieb Outdoor angepasst und gelten ab 1.5.2020.

### Richtlinien (Empfehlungen für das Outdoor 1.5.2020 / Indoor Training 29.5.2020)

#### **1. Genehmigte Trainingsbereiche**

- Ausdauer, Kraft und Athletik-Training
- Schattenboxen
- Diverse Formen
- Schlagtraining (Sandsack und Trainingsgeräte)

#### **2. Richtlinien zum Betreten und Verlassen der Trainingsstätte**

Das Betreten und Verlassen der Trainingsstätte soll ausschließlich in Sportbekleidung und mit Mund-Nasen Schutz erfolgen ohne die Benützung der Umkleiden und Sanitäreanlagen (Duschen).

#### **3. Aufsichtspersonen und Zuschauer**

Jedweilige Arten von Zuschauern oder nicht autorisierte Aufsichtspersonen dürfen nicht an den Trainingseinheiten teilnehmen. Ausgenommen davon sind autorisierte Aufsichtspersonen zur Beaufsichtigung von Kindern unter 14- Jahren (unmündige Minderjährige)

#### **4. Handlungsanweisungen zum Gruppentraining**

Die Gruppengröße darf maximal 10 Personen umfassen und sollte jeweils in derselben Zusammensetzung erhalten bleiben. Kinder und unmündige Minderjährige unter 14-Jahren sind während des Trainings von einer volljährigen Person unumschränkt zu beaufsichtigen (mindestens 18-Jahre alt) dabei ist die Gruppengröße auf maximal 6 Teilnehmer zu reduzieren.

#### **5. An- und Abreise zur Trainingsstätte**

Es wird empfohlen auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zur Trainingsstätten zu verzichten davon sind natürlich Personen, die in einem gemeinsamen Haushalt leben ausgenommen. Ebenso ist der Eingang und Ausgang in die Trainingsstätte so zu gestalten, dass der Mindestabstand (1 Meter) jederzeit gewährleistet ist.

#### **6. Handlungsanweisungen im Training**

Das Training ist so zu gestalten, dass ein Mindestabstand von 2 Meter zwischen den Athletinnen/Athleten sowie zwischen Trainerinnen/Trainern zu jedem Zeitpunkt des Trainings garantiert ist. Davon ausgenommen sind wieder Personen die in demselben Haushalt leben. Jegliche Form von Körperkontakt oder Unterschreitung des Mindestabstandes sind zu jedem Zeitpunkt verboten. MERKE: Trainingsabstand mindestens 2 Meter.

#### **7. Allgemeine Schutzmaßnahmen und Desinfektionsmaßnahmen**

Die Allgemeinen Schutzmaßnahmen (siehe Bundesgesetzblatt/ Verordnung der Regierung) gegen das Covid-19 sind stets und unumschränkt zu befolgen.

##### Empfohlene Vorgaben:

- Desinfizieren vor und nach dem Eintritt der Trainingsstätte
- Abstandhalten beim Zu- und Abgang der Trainingsstätte (mindestens 1m) sowie tragen eines Mund- und Nasenschutzes
- keinen Körperkontakt erlaubt
- Besonderes Augenmerk darauf legen, dass auch die eigenen Augen, Nase und Mundregionen nicht berührt werden
- Tragen eines Mund- und Nasenschutzes wird auch während dem Training empfohlen
- Im Training den Mindestabstand von 2m unbedingt einhalten und ersichtlich machen durch z.b Markierungen
- sämtliche Körperausscheidungen(Husten und Niesen) mit gebeugtem Ellenbogen oder Taschentuch bedecken,
- sämtliche Trainingsgeräte oder Hilfsmittel sind vor- und nach dem Training unbedingt zu desinfizieren

## **8 .Vom Verein zur Verfügung gestellte Hilfsmittel zur Bekämpfung des Covid-19**

- Ersichtliche Räumliche Begebenheiten, in geschlossenen Räumlichkeiten müssen pro Person 20qm<sup>2</sup> der gesamtfläche zur Verfügung stehen
- Desinfektionsmöglichkeiten für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- Gewährleisten einer Möglichkeit für häufiges Händewaschen mit Seife
- Absicherung der Abstandsmöglichkeiten mittels sichtbaren Markierungen ( Ein und Ausgang der Trainingsstätte)
- Zur Verfügung stellen von Mund- Nasenschutz und Handschuhen
- Vermeidung zur Bildung von Gruppen (keine Versammlungsplätze usw.)

## **9. Ablauforganisation und Personal**

Die Ablauforganisation muss so erteilt werden, dass die Punkte 1 – 8 uneingeschränkt eingehalten werden können. Personell müssen die Trainer jeder Zeit in der Lage sein die Gruppengrößen und Sicherheitsmaßnahmen zu kontrollieren und umzusetzen. Ebenso obliegt es den Verantwortungsbereich des Trainers genügend Mittel zum Schutz der Teilnehmer zur Verfügung zu haben / oder dies zu organisieren.

## **10. Reinigungs- und Kontrollmaßnahmen der Trainingsstätte**

Die Trainingsstätte muss nach jedem Training, nach jedem Kontakt mit Personen desinfiziert und gereinigt werden dies ist mittels Reinigungsplan mit Datum, Uhrzeit und Unterschrift zu dokumentieren. Diese Reinigungspläne in denen auch die Bereiche angeführt sind müssen für alle ersichtlich positioniert und von einem Eigens verantwortlichen (z.b Obmann, Cheftrainer, usw.) in geregelten Zeitabständen kontrolliert werden.

Bregenz am 1.5.2020

Präsident Harald Folladori