

Aktualisierung Umsetzung Schutzkonzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs im Dojo des Aiki-Kai Zürich ab 8. Juni 2020

Verhaltensregeln für Mitglieder und Lehrende

- Für die Einhaltung der Schutz- und Hygienemassnahmen des BAG im Dojo tragen alle Mitglieder gemeinsam Verantwortung.
- Der Aiki-Kai Zürich verweist besonders gefährdete Personen auf die aktuellen Handlungsempfehlungen des BAG und empfiehlt besonders gefährdeten Personen, diese eigenverantwortlich zu berücksichtigen (siehe Schutzkonzept zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs im Dojo des Aiki-Kai Zürich).

Soll ich ins Keiko kommen?

- Wenn ich mich krank fühle, bleibe ich zu Hause und informiere den/die LehrerIn, falls ich in den letzten 2 Wochen ein Keiko besucht habe.

Vor dem Keiko

- Ich erscheine nur kurze Zeit vor dem Keiko (max. 10 Minuten im Voraus) und wenn möglich bereits in Trainingskleidung (Kimono oder Trainerhose und T-Shirt, das Tragen der Hakama ist freiwillig).
- Ich bringe wenn möglich meine persönliche Trainingsausrüstung und eine volle Flasche Wasser mit (falls vorhanden Jo und Bokken, Zoris oder Flip-Flops)
- Ich beachte in der Umkleidekabine und im WC den Mindestabstand von 2 Metern.
- Ich respektiere die Distanzmarkierungen und -bedürfnisse der anderen vor und im Dojo.
- Ich wasche meine Hände gründlich mit Wasser und Seife oder desinfiziere sie bevor ich trainiere (wenn möglich habe ich eigenes Desinfektionsmittel dabei).
- Ich wasche meine Füsse vor dem Keiko in der Dusche oder im WC gründlich.

Während des Keikos

- Ich trainiere im zugewiesenen Mattenbereich und respektiere den Mindestabstand von 2 Metern zu anderen trainierenden Paaren bzw. Einzelpersonen.
- Die Lehrenden bemühen sich die Ansteckungsgefahr zu minimieren indem sie Partnerwechsel auf ein Minimum beschränken. Ich habe die Möglichkeit auch ohne Körperkontakt alleine zu üben.
- Ich berühre keine Gegenstände anderer Aikidoka.
- Ich folge den Anweisungen der Lehrenden und halte mich immer an die angegebenen Schutzmassnahmen.

Nach dem Keiko

- Ich wasche meine Hände nach dem Keiko gründlich mit Wasser und Seife oder desinfiziere sie.
- Ich dusche wenn möglich zuhause.
- Ich halte in der Garderobe und beim Duschen den Mindestabstand von 2 Metern ein.
- Ich verlasse das Dojo spätestens 20 Minuten nach Ende des Keikos, wenn danach noch ein weiteres Keiko stattfindet.

Technische Kommission des Aiki-Kai Zürich, 13.6.2020