

Aktualisierung Umsetzung Schutzkonzept zur Weiterführung des Trainingsbetriebs im Dojo des Aiki-Kai Zürich ab 31. Mai 2021

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 ihnen, diese eigenverantwortlich zu berücksichtigen (siehe aktualisiertes Schutzkonzept des Aiki-Kai Zürich).

Soll ich ins Keiko kommen?

- Wenn ich mich krank fühle, bleibe ich zu Hause, lasse mich testen oder führe einen Selbsttest durch und informiere den/die LehrerIn, falls ich in den letzten 5 Tagen ein Keiko besucht habe.

Vor dem Keiko

- Bei Betreten des Gebäudes, in den Umkleidekabinen und bis ich den zugewiesenen Mattenbereich erreicht habe, trage ich eine Maske.
- Ich wasche meine Hände gründlich mit Wasser und Seife oder desinfiziere sie bevor ich trainiere.
- Ich wasche meine Füsse vor dem Keiko in der Dusche oder im WC gründlich.

Während des Keikos

- Beim Betreten der Matten darf ich die Maske ablegen.
- Ich trainiere im zugewiesenen Mattenbereich mit höchstens drei weiteren Personen,
- Ich folge den Anweisungen der Lehrenden und halte mich immer an die angegebenen Schutzmassnahmen.

Nach dem Keiko

- Beim Verlassen der Matten ziehe ich die Maske wieder an.
- 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 1.5 Metern ein.
- Ich verlasse das Dojo spätestens 15 Minuten nach Ende des Keikos, wenn danach noch ein weiteres Keiko stattfindet.

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donners- tag	Freitag	Samstag
10:00- 11:30						Herbert
12:00- 13:15			Van Thang			
16:00- 17:15			Kindertraining Barbla / Bruno			
18:00- 19:20	Michi G.		Rolf			
19:00- 20:30					Hans	
19:40- 21:00		Ivo		Dani		

- Insgesamt stehen **3 Trainingsflächen** für jeweils 4 Personen und 1 Trainingsfläche für 2 Personen zur Verfügung.
- Nach dem Training werden die Matten feucht aufgenommen.

Technische Kommission des Aiki-Kai Zürich, 28.5.2021