

Übergangsregeln für die Sportart Ju- Jutsu und der artverwandten Stilarten



Stand: 14.05.2020

Deutscher Ju-Jitsu Verband e.V.

1. Grundsätzliche Empfehlung der Hygieneregeln für das Ju-Jitsu Training:

- Beachtung des einrichtungsspezifischen Hygieneplanes
- möglichst Vermeidung von Körperkontakt (Begrüßung und Verabschiedung erfolgen nur mit einer Verbeugung)
- Regelmäßige Handhygiene unter Verwendung von Papierhandtüchern
- Husten und Niesen (Nur mit Abstand Husten und Niesen. Möglichst wegdrehen oder Matte verlassen)
- Hände aus dem Gesicht fernhalten
- zu Hause bleiben im Krankheitsfall (Bleib im Krankheitsfall oder in Verdachtsfällen zu Hause)
- Zutritt in gedeckte Trainingsstätten ohne Warteschlangen möglichst nach dem Einbahnstraßen-Prinzip
- Ankommen und Verlassen der Trainingsstätte (am besten separate Ein- und Ausgänge, zumindest muss eine räumliche Trennung von ankommenden und gehenden Sportlern gewährleistet sein)
- Training in gedeckten Trainingsstätten nur wenn ausreichend Luftaustausch über regelmäßiges Lüften möglich ist
- nur mit sauberen frisch gewaschenen Ju-Jitsu Gi auf die Matte
- Mattenhygiene (mit Schuhen, Strümpfen zur Matte - barfuß auf der Matte - Verlassen der Matte nur in Schuhen oder Strümpfen)
- Umkleiden und Duschen nur zu Hause
- Regelmäßige Reinigung von Räumen und Kontaktflächen
- Vorausschauendes Nachfüllen von Seifenspendern und Einmalhandtüchern
- Schutz von Risikogruppen
- Mund- und Nasenschutz tragen (alle in der Trainingsstätte anwesenden Personen müssen einen Mund und Nasenschutz tragen)
- Matte und Trainingsgeräte nach dem Training desinfizieren
- Verwendung personalisierter Getränkeflaschen, um Vertauschen auszuschließen
- Soweit möglich das Training oder Teile des Training nach draußen verlagern
- zeitliche Ballung von verschiedenen Trainingsgruppen vermeiden durch versetzen Trainingsbeginn, ausreichend Zeit ohne Überschneidung zwischen den Trainingseinheiten und den Zugang kontrollieren
- Unterlassung von Fahrgemeinschaften
- Vermeidung von Begleitpersonen
- Eine Verwendung von Mund-Nase-Schutz ist für alle Personen in außersportlichen Bereich zu empfehlen

(Quelle: VBG; Branchenspezifische Handlungshilfe SARS-CoV-2-Arbeitsschutzstandard-Empfehlungen für die Branche Sportunternehmen für den Bereich: Sportvereine vom 08.05.2020, im Internet unter: http://www.vbg.de/DE/3_Praevention_und_Arbeitshilfen/3_Aktuelles_und_Seminare/6_Aktuelles/Coronavirus/Brancheninfos_Arbeitsschutzstandard/Sportunternehmen.pdf?_blob=publicationFile&v=4

(Stand.

14.05.2020)

2. Wie sehen die sportartspezifischen und an die DOSB-Leitplanken angelehnten Übergangs-Regeln Ihres Verbandes für die Sportarten und Disziplinen, für die Sie zu-ständig sind, aus?

Unter Betrachtung der regional unterschiedlichen Vorgaben in den Bundesländern führen wir wie folgt dazu aus und bitten etwaige regionale Anpassungen sowie Bestimmungen der jeweiligen Betreiber der Sportstätten zu beachten.

a) **Spiel- und Sportbetrieb** (eigenständige Ausübung der Sportart ohne Anleitung)

- Im Sinne eines Individualsports ist das eigenständige Training möglich.
- Mit Blick auf das Training mit Trainingspartnern nur möglich innerhalb der eigenen Wohnstätte mit Angehörigen desselben Haushalts bei Kontakt
- Teilnahme nur ohne Krankheitssymptome
- Möglichst im Freien
- Ausschließliche Verwendung von persönlichem Trainingsgerät
- Verzicht auf Übungen mit Kontakt/ Partnerübungen
- Reinigung der evtl. benötigten Matten nach Trainingsende
- Tragepflicht des selbsthergestellten Nase-Mund-Schutzes

b) **Trainingsbetrieb** (unter Anleitung eines Übungsleiters/Trainers)

- Im Sinne eines Individualsports ist das eigenständige Training möglich.
- Mit Blick auf das Training mit Trainingspartnern nur möglich innerhalb der eigenen Wohnstätte mit Angehörigen desselben Haushalts
- Teilnahme nur ohne Krankheitssymptome
- Möglichst im Freien oder in geeigneter Trainingsstätte unter Beachtung etwaiger Betreibervorgaben
- Ausschließliche Verwendung von persönlichem Trainingsgerät
- Verzicht auf Übungen mit Kontakt/ Partnerübungen
- Führen von Teilnehmerlisten/ Trainingstagebuch zur Nachvollziehbarkeit von etwaigen Infektionen
- Reinigung der evtl. benötigten Matten nach Trainingsende
- Begrenzung etwaiger Trainingsgruppen auf die regional zulässige Personenanzahl in Abhängigkeit von der jeweiligen Trainingsstätte bei entsprechender Betreiberregelung
- Tragepflicht des selbsthergestellten Nase-Mund-Schutzes
- Einhaltung des Mindestabstandes von 2m in Abhängigkeit zur Trainingsintensität sogar größer im Innenbereich
- Direkter Ausschluss von Sportler*innen, die sich nicht an die Hygienebestimmungen und Betreibervorgaben halten

c) **ggf. Wettkampfbetrieb**

- nicht möglich; nur alternative Angebote unter Ausnutzung digitaler Medien

3. Welche ergänzende Hinweise zur Durchführung gibt es in der Sportart Ju-Jutsu?

Essentiell in unserer Sportart ist der Kontakt, den wir mittelfristig in beständigen Kleingruppen sehen, die zu dokumentieren sind, um die Infektionsketten nachweisen zu können und entsprechende Infektionen einzudämmen. Damit einhergehend verbleibt auch der Trainer in der Kleingruppe sollte zunächst auch nur diese betreuen und keine weiteren Gruppen.

4. Wer wurde zur Beratung herangezogen?

Verbandsarzt, Medizinisches Team des Nationalkaders, Kampfrichterausschuss, Sportdirektorin, Bundestrainer, Jugend Bildungsreferent, Bildungsreferent, Vorstand, Landesfachverbände

5. Sonstiges:

Grundsätzlich gehen wir bei einer Wiederaufnahme des Sportbetriebs davon aus, dass die Kräftigung der sportartspezifischen Muskulatur und Schaffung weiterer Grundvoraussetzungen allein schon aus Gesichtspunkten der Verletzungsprophylaxe vorrangig sein wird, wozu wir genügend Möglichkeiten, wie z.B. der Bewegungslehre haben werden. Damit erscheint es uns zumindest kurzfristig möglich, auf Kontakt und somit Partnerübungen zu verzichten und den notwendigen Abstand der Sportler voneinander unter Anleitung eines Trainers auf Distanz im Sinne der Leitplanken ihrerseits zu ermöglichen. Diese Übergangsregeln werden nach den Vorgaben des DOSB und seiner Gremien sowie der aktuellen Gefahrenlage ständig aktualisiert und angepasst.



Deutscher Ju-Jutsu Verband e.V.
Bundesgeschäftsstelle
Badstubenvorstadt 12/13
D-06712 Zeitz