



# Modern Arnis & Messer - Lehrgang in der Jiu-Jitsu & Karate Schule Penzberg e.V.

mit

**Grandmaster Roland Herlt 8. DAN Kombatan**

und

**Master Torsten Kosuch 7. DAN Jiu Jitsu**

**ab 16 Jahren!**

**Messer ab 18 Jahren!**

**Datum:** Samstag/Sonntag 17. / 18. Oktober 2020

**Zeit:** Samstag 13 – 17 Uhr; Sonntag 10 – 13 Uhr

**Ort:** Penzberg, Neue Sporthalle am Wellenbad, Seeshaupter Str. 24

**Anmeldung:** bis 12.10.2020 Tel 08856-932623 od. [Idokan@t-online.de](mailto:Idokan@t-online.de)  
bei Rudolf Gabert

<b>Gebühren:</b>	pro Tag	20,00 €	Mitgl. IDOKAN, MAMD, DMFV
	beide Tage	40,00 €	Mitgl. IDOKAN, MAMD, DMFV
	pro Tag	40,00 €	Nichtmitglieder
	beide Tage	80,00 €	Nichtmitglieder

**Mitzubringen:** 2 Arnis -Stöcke / Messer /- Attrappe / eigene Schutzausrüstung.  
Jeder muss seine eigenen Waffen dabei haben.

## **Wichtiger Hinweis (Siehe Anlage)**

Aufgrund der Corona-Verordnungen ist folgendes zu beachten:

Es gilt eine allgemeine Maskenpflicht - beim Betreten und Verlassen der Sporthalle sowie bei der Nutzung von Sanitärbereichen-WC-Anlagen.

Desinfektionsmittel für die Hände bei Eintritt in die Gebäude stehen am Eingang der Halle zur Verfügung. Sämtliche weitere Desinfektionsmittel sowie Mundschutz muss selbst mitgebracht werden.

Die Umkleiden (max. 10 Personen) können unter Wahrung der Hygiene- und Abstandsregeln wieder genutzt werden. Duschen ist weiterhin nicht gestattet.

Keinerlei Haftung des Veranstalters, Ausrichters, Lehrgangleiters u.a.

Mit der Anmeldung erklärt sich der Teilnehmer einverstanden, dass Bild-/Filmmaterial von ihm gefertigt wird und dieses auch veröffentlicht werden darf.

Hygiene- und Sicherheitsregeln  
Neue Turnhalle Birkenstraße – letztes Drittel  
Info für Erwachsene und Jugendliche zum Hallentraining

**Bei Vorliegen von Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung jeglicher Schwere oder von Fieber ist das Betreten der Sportanlage untersagt. Auch Personen mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen dürfen nicht am Training teilnehmen.**

- Hygiene-Regeln beachten - alle Bestimmungen, die ihr aus dem Privatbereich kennt, gelten auch hier: Hände waschen bzw. desinfizieren, Husten und Niesen in die Armbeuge, Mindestabstand 1,5 m, Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung wo es gefordert ist, keine Krankheitssymptome, keinen Kontakt mit infizierten Covid19 Patienten usw.
- Bitte bereits umgezogen zum Training erscheinen – Umkleiden dürfen nur von einer begrenzten Personenzahl benutzt werden.
- Körperkontakt bleibt bei z. B. Begrüßung, Verabschiedung, etc. untersagt.
- Wir weisen darauf hin, **sich ausreichend die Hände zu waschen** und diese auch regelmäßig zu desinfizieren. Jeder Teilnehmer hat für seine eigene Händedesinfektion zu sorgen. Bei Betreten der Sportanlage ist jeder Teilnehmer dafür selbst verantwortlich, eine Händewäsche bzw. Händedesinfektion durchzuführen (wenn nicht anders möglich, mit eigenem Desinfektionsmittel).
- Es gilt eine allgemeine **Maskenpflicht**. Alle haben beim Betreten und Verlassen der Sporthalle sowie bei der Nutzung von Sanitärebenen-WC-Anlagen, Abholung und Rückgabe von Sportgeräten etc. eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.
- Keine Mund-Nasen-Bedeckung während des Trainings, auf Kampfschreie ist zu verzichten, der Mundschutz ist aber am Körper zu tragen (am Gürtel oder im Oberteil).
- Um den Begegnungsverkehr in und um das Sporthallengelände und damit den Kontakt möglichst zu vermeiden, wird unsere Trainingszeit um 10 Minuten (5 Minuten am Anfang 5 Minuten am Ende) verkürzt.
- Erstmal gilt Abstand beim Training mindestens 1,5 m, empfohlen werden aber 2-3 m, um z. B. bei Drehungen und Wendungen sich nicht zu nahe zu kommen.
- Maximal 120 Minuten Einheiten. Keine Benutzung von Duschen, Umkleidekabinen, Lediglich die Nutzung der Toiletten mit den sich unmittelbar dort befindenden Waschbecken ist gestattet. Die selbstverständliche notwendige Körperpflege vor und nach dem Training muss zu Hause erfolgen.
- Zum Nachweis von Infektionsketten ist der Verein verpflichtet, über die jeweilige Nutzung eine Teilnehmerliste mit Kontaktdaten (**jetzt muss die Tel.Nr. angegeben werden**) zu führen. Dazu müsst ihr **zu jedem Training einen ausgefüllten Teilnahmezettel mitbringen (siehe Anhang)**. Bei einem Probetraining die komplette Anschrift und Telefonnummer.
- Bei Fahrgemeinschaften sind Masken im Fahrzeug zu tragen, wenn die Insassen nicht aus einem Haushalt sind.
- Während der Trainingseinheiten sind **Zuschauer untersagt, dies gilt auch für Eltern**.
- Der Verdacht einer Erkrankung und das Auftreten von COVID-19-Fällen in den Sporthallen des Landkreises WM-SOG ist meldepflichtig und muss vom Budolehrer/ÜL erfolgen.

Alle Budolehrer sind angehalten, die Umsetzung der Maßnahmen zu kontrollieren und auch Betreffende sofort vom Training auszuschließen – dies gilt auch, wenn sich Trainierende nicht an die Maßnahmen halten sollten.

Wir appellieren an euch und eure Eltern, dringend die Vorgaben einzuhalten, sonst wird uns eine weitere Nutzung der Halle untersagt.