

# Brandenburgischer Judo-Verband e.V.

Brandenburgischer Judo-Verband • Konsumhof 1 • 14482 Potsdam

An

Herrn Henkelmann

Landeshauptstadt Potsdam

Friedrich-Ebert-Straße 79/81

14469 Potsdam

Potsdam, den 28.05.2020

Sehr geehrter Herr Henkelmann,

Bezugnehmend auf Paragraph 6 Absatz 7 der aktuellen SARS-CoV-2-Eindämmungsverordnung möchten wir Ihnen hiermit ein Hygienekonzept zur Wiederaufnahme des Judo- Trainings am Bundesstützpunkt Judo für die Kadersportler der Bundes- und Landeskader vorlegen. Dieses ist wie folgt gegliedert:

- 1.) Kurze Darstellung der aktuellen Situation
- 2.) Einschätzung des Risikopotentials
- 3.) Regeln zur Minimierung des Ansteckungsrisikos

## **1. Darstellung der aktuellen Situation im Judosport**

Seit Ausbruch der Corona- Pandemie hat kein Judo- Training mehr am Bundesstützpunkt Potsdam stattgefunden. Momentan sind die Bundes- und Landeskader-Athleten/innen ab der Sekundarstufe 2 des Bundestützpunktes zwar wieder auf dem Gelände des Luftschiffhafens in ein regelmäßiges Training integriert, welches aber nur im athletischen Bereich ohne Körperkontakt stattfindet.

Die Europäische Judo- Union plant einen Wiedereinstieg in den Wettkampfbetrieb in den Altersklassen der U18, U21 und Männer/ Frauen ab September

(Quelle:<https://www.eju.net/calendar?limit=15&offset=0&result=false&published=true&date=2020-09> ; zuletzt aufgerufen am 28.05.2020 um 19:20h).

November geplanten Europameisterschaften zu qualifizieren, ist die Wiederaufnahme des sportartspezifischen Trainings notwendig. Ohne ein sportartspezifisches Training der Athleten ist keine adäquate Vorbereitung auf die anstehenden Wettkämpfe möglich.

Am Bundesstützpunkt Köln ist es den Athleten/innen des Bundeskaders bereits wieder erlaubt unter Einhaltung besonderer Hygieneregeln wieder regelmäßig Judo zu betreiben. Auch der U21 Nationalmannschaft der Männer ist es bei ihrem Lehrgang in Kienbaum vom dortigen Gesundheitsamt erlaubt worden in fest- definierten Paarungen Judo mit Körperkontakt zu trainieren.

# Brandenburgischer Judo-Verband e.V.

## 2. Einschätzung des Risikopotentials

Judo ist eine Zweikampfsportart, die Körperkontakt voraussetzt. Dabei ist der Kontakt zu einem weiteren Sportler zwingend erforderlich.. Somit kann eine Ansteckungsgefahr nicht grundsätzlich ausgeschlossen werden

Das Training mit dem Partner ist jedoch die einzige Möglichkeit, um das Leistungsvermögen judospezifisch zu verbessern.

Im Folgenden wird beschrieben, wie dieses Risiko weitestgehend minimiert werden kann.

- Es werden feste Trainingspaare gebildet, die grundsätzlich nicht verändert werden sollen.
- Jedem Trainingspaar wird eine ausreichend große Mattenfläche (25qm) zum Training zur Verfügung gestellt.
- Die Belegung der Halle mit Sportlern/innen wird insgesamt die zulässige Gruppengröße von 10 Athleten/innen plus Trainer grundsätzlich nicht überschreiten.
- Das Potential von Sportlerinnen und Sportlern ist ihre Leistungsfähigkeit und ihre Gesundheit. Die Klientel ist somit von selbst in höchstem Maße daran interessiert, jedwede Ansteckungsrisiken zu vermeiden.
- Sämtliche Hygieneregeln im Zusammenhang mit dem Partnertraining werden akribisch eingehalten – Lüften, desinfizieren der Matte usw.
- Das tägliche Monitoring der Sportler, die sich im Partnertraining befinden, wird das Risiko einer Ansteckung einschränken und uns in die Lage versetzen, jeden beginnenden Infekt zu identifizieren.

Das Konzept orientiert sich an den von DOSB empfohlenen Leitplanken zum Wiedereinstieg in einen vereinsbasierten Trainingsbetrieb, den Empfehlungen des Wissenschaftsrates der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention e.V. und den Absprachen mit dem Verbandsarzt des Deutschen Judobundes. Ein Ansteckungsrisiko wird durch die o.g. Bildung von konstanten Trainingspaaren, hoher Disziplin bei der Einhaltung von Hygiene- und Verhaltensregeln aller Teilnehmer dennoch auf ein Minimum reduziert.

## 3. Regeln zur Minimierung des Ansteckungsrisikos

Alle Trainierenden haben bereits den von der Hochschulambulanz Potsdam angefertigten Risikofragebogen ausgefüllt und die Freigabe erhalten. Bei geringsten Anzeichen von Symptomen sind diese unverzüglich dem Trainer mitzuteilen. Dieser wird dann die vom Olympiastützpunkt festgelegte Meldekette gewährleisten.

### 1) Abstandsregeln

- Die Abstandsregeln werden zu jeder Zeit, von jedem Trainierendem eingehalten.
- Ausnahme bilden die jeweiligen Trainingspaare. Grundsätzlich besteht dann nur eine Ansteckungsgefahr innerhalb dieser Trainingspaare, nicht für Dritte. Es ist daher darauf zu achten, den Mindestabstand von mindestens 2m zwischen den

## Brandenburgischer Judo-Verband e.V.

Trainingspaaren auf der Matte (25qm pro Mattenpaar), im Kraftraum und sonstigen Einrichtungen ist einzuhalten.

### 2) Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

- Der Körperkontakt findet ausschließlich zwischen den definierten Trainingspaaren statt. Dieser ist in der Zweikampfsportart Judo unausweichlich. Außerhalb der Trainingspaarungen ist jeglicher Körperkontakt untersagt.
- Außerhalb des Trainings wird das Tragen von Mund-Nasen-Schutzmasken allen Sportlern empfohlen.
- Durch eine entsprechende Nutzungsplanung der Trainingsstätten werden die Begegnungsmöglichkeiten verschiedener Kleingruppen räumlich (z.B. Wegeplanung nach den Einbahnstraßenprinzip, gleichzeitige Nutzung örtlich getrennter Trainingsorte) und zeitlich Überschneidungen vermieden.

### 3) Persönliche Hygieneregeln einhalten

- Die Nutzung von Sauna und Entspannungsbecken ist nicht gestattet
- Physiotherapeutische Behandlung ist unter Einhaltung entsprechender Schutzmaßnahmen durchzuführen.
- Häufiges und intensives Händewaschen von mindestens dreißig Sekunden Länge mit Seife und heißem Wasser. Das Berühren des Gesichts ist mit den Händen weitestgehend zu unterlassen.
- Die vorgeschriebene Husten- und Niesetikette ist einzuhalten.
- Griffflächen der Trainingsgeräte sind nach der Nutzung zu desinfizieren oder intensiv zu reinigen.
- Bei Nutzung von Mehrwegtrinkflaschen diese nach dem Training heiß ab- und auswaschen.
- Das Trocknen der Judogi erfolgt außerhalb der Trainingsstätte.

### 4) Trainingsgruppen organisieren.

- Die Trainingsgruppen werden in Trainingspaaren organisiert
- Alle Trainingseinheiten werden mit ausreichend Abstand zwischen den Trainingspaaren organisiert.
- Jedes Training wird vom Trainer dokumentiert. Die Trainingsgruppen und die Teilnehmer werden erfasst, um im Falle von Infektionen sämtliche Kontakte lückenlos nachvollziehen zu können.
- Der Zutritt weiterer Personen ist nur nach vorheriger Absprache mit dem Standortverantwortlichen Trainer in den Räumlichkeiten der MBS- Arena gestattet.

### 5) Trainings- und Krafträume

- Der Zugang zu Trainings- und Krafträumen unterliegt der Kontrolle durch die Stützpunkttrainer, um die Sauberkeit und Hygiene zu gewährleisten.
- Der Zugang zu den Trainingsstätten ist nur Athleten/innen unter Aufsicht gestattet.
- Die Gruppengröße von 10 Personen ist grundsätzlich zu beachten. Der vorgeschriebene Mindestabstand zwischen den Trainingspaaren muss eingehalten werden. Sollte dies unter Berücksichtigung der Größe des

## Brandenburgischer Judo-Verband e.V.

Kraftraumes nicht möglich sein, ist die Gruppe so zu verkleinern, dass der Mindestabstand im Kraftraum eingehalten werden kann.

- Alle Trainingsräume sind nach der Nutzung zu lüften.
- Vor der erstmaligen Benutzung müssen alle Flächen und der Boden mit einem vom RKI zugelassenen desinfizierenden viruziden Reinigungsmittel behandelt werden.
- Alle Geräte, Ergometer, Hanteln usw. sind nach Gebrauch an den Kontaktstellen mit einem vom RKI zugelassenen Desinfektionsmittel zu behandeln.
- Eine Mund-Nasen-Bedeckung ist nach Möglichkeit im Kraftraum zu verwenden und beim Betreten sowie dem Verlassen der MBS- Arena zu tragen

### 6) Allgemeine Verhaltenshinweise

- Die Nutzung von Fahrgemeinschaften zum Training ist zu unterlassen. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans.
- Die Anreise im PKW erfolgt mit maximal zwei Personen, die maximal räumlich getrennt im Fahrzeug sitzen. Das Fahrzeug ist in Pausen gründlich zu lüften.



  
Malte Geppert  
Ehrenamtlicher Bundesstützpunktleiter