



Gemeinsames Trainingsangebot von Braunschweiger Judo Club, SFV Europa und Landesleistungszentrum Judo Braunschweig – Start ab Montag, den 18. Mai 2020

Liebe Judoka, Vereinsmitglieder und Eltern,

seit Mittwoch, den 06. Mai 2020 ist das Sporttreiben für Vereine in Niedersachsen unter gewissen Auflagen wieder möglich. Deshalb haben wir – der Braunschweiger Judo Club, der SFV Europa Braunschweig und das Landesleistungszentrum Judo Braunschweig – gemeinsam ein alternatives Trainingskonzept als vorläufigen Ersatz für konventionelles Judotraining im Verein entwickelt. Los geht's ab Montag, den 18. Mai 2020.

Dabei halten wir uns an die 10 Leitplanken des Deutschen Olympischen Sportbundes sowie an weiterführende Regelungen des Deutschen Judobundes, des Landessportbundes Niedersachsen sowie des Niedersächsischen Judo-Verbandes. Die hier formulierten Regelungen und Auflagen führen dazu, dass uns ein klassisches Judotraining mit Partner*innen im Dojo noch nicht wieder möglich ist. Deshalb sieht unser Alternativtraining wie folgt aus:

- Training im Freien in Form von Laufeinheiten, Kraft-/Konditions-/Koordinationsübungen sowie Judo ohne Partner
- Kleingruppen von maximal 10 Teilnehmern*rinnen, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung trainieren
- Für Kinder ab 6 Jahren (Schulkinder)
- Die Trainingseinheiten finden an verschiedenen Orten im Stadtgebiet von Braunschweig statt
- Das Training wird sowohl von Trainern*innen des BJC, des SFV als auch des Landesleistungszentrums geleitet, wobei immer mindestens zwei Trainer pro Einheit anwesend sind
- Der Trainingsplan gilt voraussichtlich für die nächsten ca. acht Wochen bis zum Beginn der niedersächsischen Sommerferien

Bei aller Freude darüber, dass wir wieder gemeinsam trainieren können, wollen und dürfen wir jedoch nicht die Gefahren der Covid19-Pandemie aus den Augen verlieren. Die Gesundheit aller Judoka, Trainer*innen und Angehörigen hat oberste Priorität. Deshalb gelten vor, während und nach dem Training die folgenden Bedingungen und Verhaltensregeln, die unbedingt einzuhalten sind:

- Körperkontakte müssen unterbleiben und Distanzregeln gelten: Es ist jederzeit ein Abstand von mindestens zwei Metern zu anderen Personen einzuhalten.
- Vereinsheime, Umkleiden und Duschen bleiben geschlossen.
- Der Bekleidungswechsel ist zu Hause vorzunehmen. Bitte kommt also bereits in Sportkleidung zum Training und achtet darauf, dass diese wettergerecht ist.
- Hygieneregeln einhalten: Vor und nach dem Training gründlich die Hände waschen – natürlich zu Hause.
- Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen.
- Keine Zuschauer. Eltern und/oder andere dritte Personen sind nur zum Bringen und Abholen erwünscht.
- Ein Mund-Nase-Schutz ist keine Pflicht, kann aber auf eigenen Wunsch getragen werden.
- Anwesenheitsdokumentation: Bitte zu jeder Trainingseinheit unbedingt den „Anmeldebogen“ vollständig ausgefüllt mitbringen und bei den Trainern abgeben.

Wir möchten euch darauf hinweisen, dass eine Nicht-Einhaltung der Regelungen zum sofortigen Ausschluss vom Training führt und auch weitere Teilnahmen nicht mehr möglich sind.

Bitte bringt zu jedem Training außerdem eine große Decke (erleichtert bei Training am Platz die Einhaltung des Mindestabstands), etwas zu trinken sowie Gegenstände des persönlichen Bedarfs mit (z.B. Medikamente gegen Allergien etc.) mit.

Auf den folgenden Seiten findet ihre alle weiteren wichtigen Infos wie die Trainingszeitenübersicht, die Trainingsstandorte sowie den Anmeldebogen.

Wir freuen uns, euch alle fit und gesund wieder zu sehen und wünschen euch viel Spaß beim Training.





Judo in Braunschweig Trainingszeiten - Alternativtraining

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Uhrzeit	17:00 - 18:00	15:45 - 16:45	17:00 - 18:00	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00
Zielgruppe	Wettkämpfer U12 (LLZ)	Breitensportler U10 / U12	Wettkämpfer U15 / U18	Breitensportler U10	Breitensportler U15 / U18
Trainer	Gottfried Burucker + Melanie Wimmer	Gaby Reif + Steve Reif	Florian Hahn + Max Barz	Gaby Reif + Nicole Jakes	Thorsten Krafft + Lars Geiger
Ort	vorauss. PSV-Stadion (Prinzenpark)	Querumer Forst	Bürgerpark	Querumer Forst	Prinzenpark
Uhrzeit	18:15 - 19:15	16:00 - 17:00	17:00 - 18:00	17:00 - 18:00	17:00 - 18:00
Zielgruppe	Wettkämpfer U15 (LLZ)	Breitensportler U12	Wettkämpfer U15 / U18 weiblich	Breitensportler U12 / U15	Wettkämpfer U12
Trainer	Gottfried Burucker + Melanie Wimmer	Melissa Schwanke + Simon Kindler	Melanie Wimmer + Claire Seidel	Max Barz + Madlin Barz	Timo Wahlbring + Nele Meyer
Ort	vorauss. PSV-Stadion (Prinzenpark)	Prinzenpark	Bürgerpark	Bürgerpark	Bürgerpark
Uhrzeit	19:30 - 20:30	17:00 - 18:00	17:30 - 18:30	17:15 - 18:15	18:15 - 19:15 Uhr
Zielgruppe	Wettkämpfer U18 (LLZ)	Wettkämpfer U10 / U12	Wettkämpfer U12	Wettkämpfer U10	Breitensportler U15 / U18
Trainer	Gottfried Burucker + Melanie Wimmer	Gaby Reif + Steve Reif	Timo Wahlbring + Nele Meyer	Gaby Reif + Nicole Jakes	Thorsten Krafft + Lars Geiger
Ort	vorauss. PSV-Stadion (Prinzenpark)	Querumer Forst	Prinzenpark oder PSV-Stadion	Querumer Forst	Prinzenpark
Uhrzeit		18:00 - 19:00	18:45 - 19:45	18:00 - 19:00	
Zielgruppe		Wettkämpfer U12 / U15	Breitensportler U15	Breitensportler U15 / U18	
Trainer		Holger Löhner + Timo Wahlbring	Timo Wahlbring + Nele Meyer	Melissa Schwanke + Chiara Sixt	
Ort		Jugendspielplatz Broitzem	Prinzenpark oder PSV-Stadion	Prinzenpark	
Uhrzeit				18:00 - 19:00	
Zielgruppe				Wettkämpfer U15 / U18	
Trainer				Julian Schade + Johannes Rathgen	
Ort				Lünischteich	
Uhrzeit				19:15 - 20:15	
Zielgruppe				Wettkämpfer U15 / U18	
Trainer				Julian Schade + Johannes Rathgen	
Ort				Lünischteich	

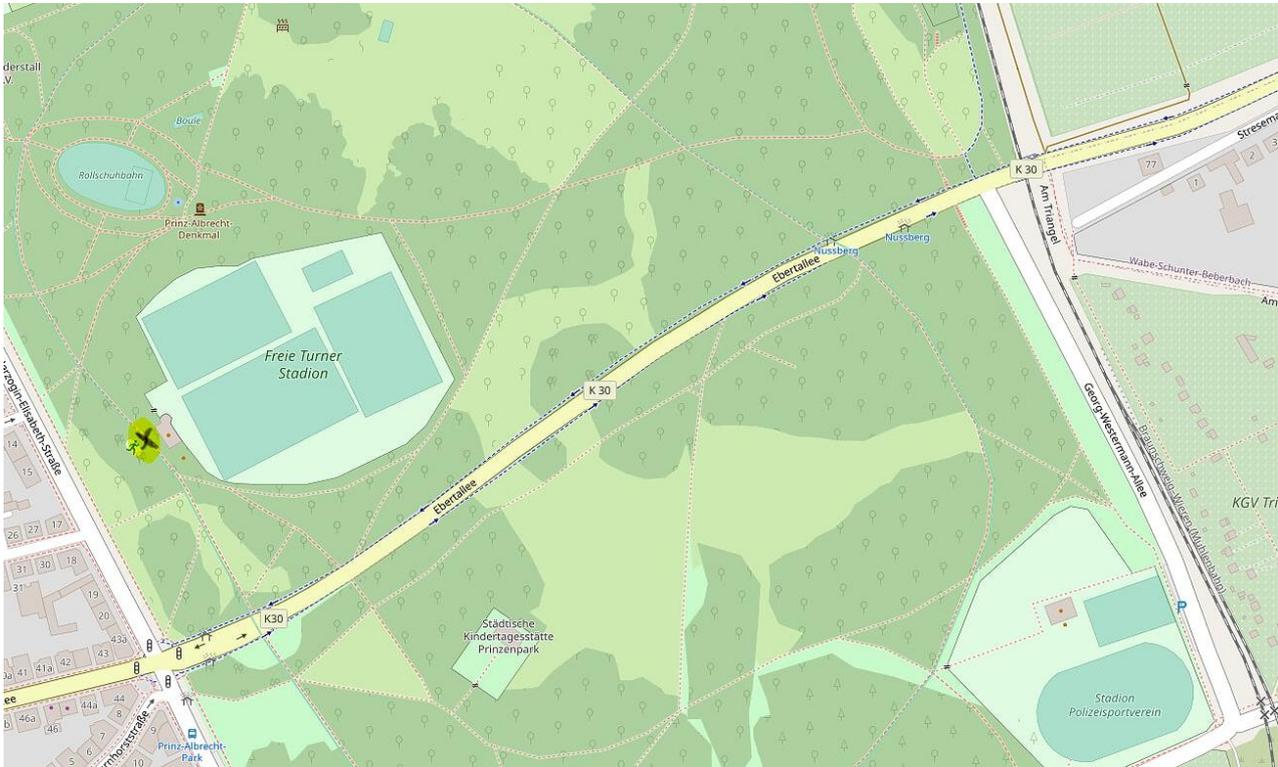
Altersgruppen	Jahrgänge
U10	Schulkinder bis Jg. 2011
U12	2011 - 2009
U15	2008 - 2006
U18	2005 - 2003

Gemeinsam für ein starkes Judo in Braunschweig!

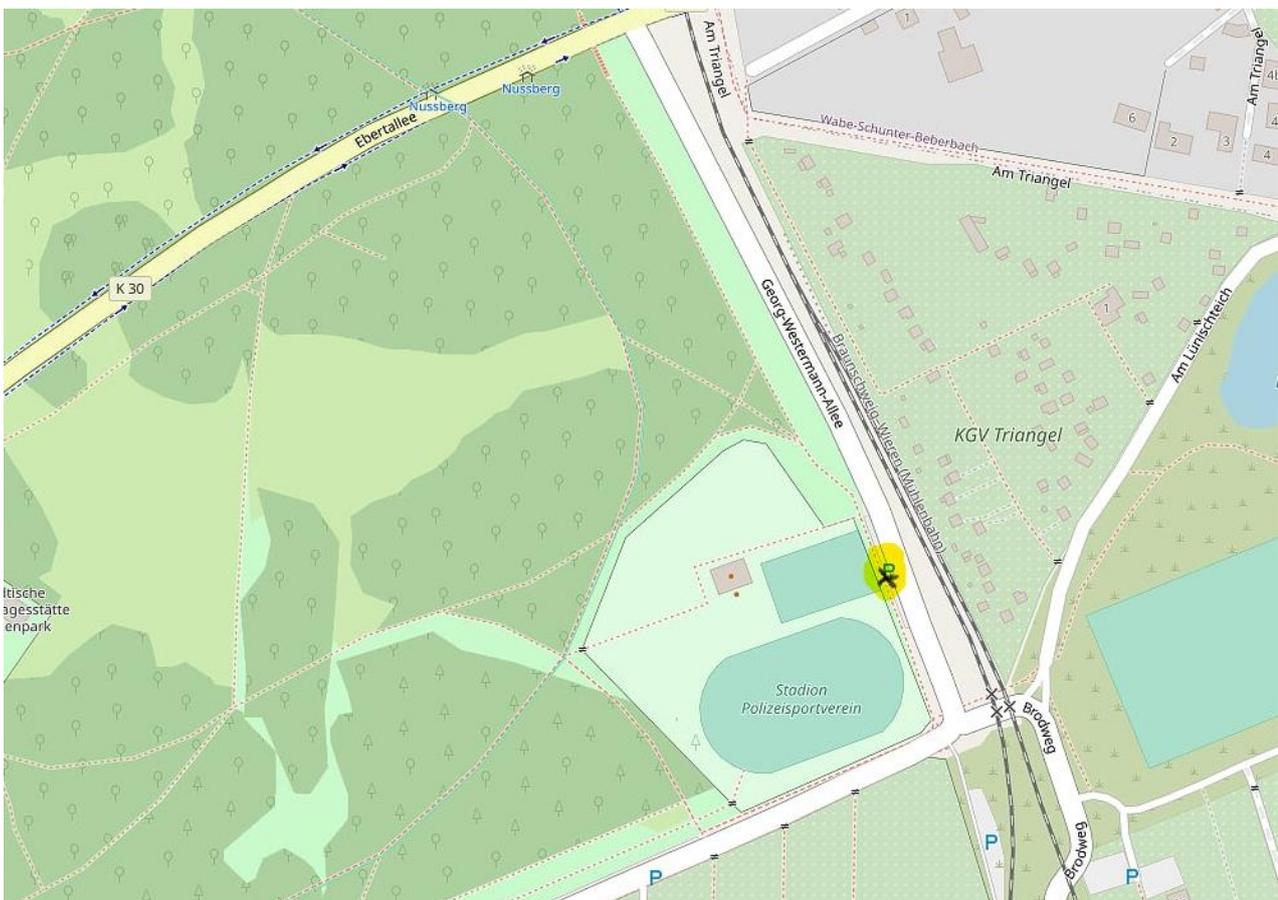
Trainingsstandorte

Damit ihr wisst, wo genau die Trainings stattfinden, haben wir hier die Trainingsorte für euch zusammengestellt. Bitte findet euch jeweils ein paar Minuten vor der jeweiligen Trainingszeit an den genannten Orten ein. Diese sind mit einem schwarz-gelben Kreuz gekennzeichnet:

Prinzenpark



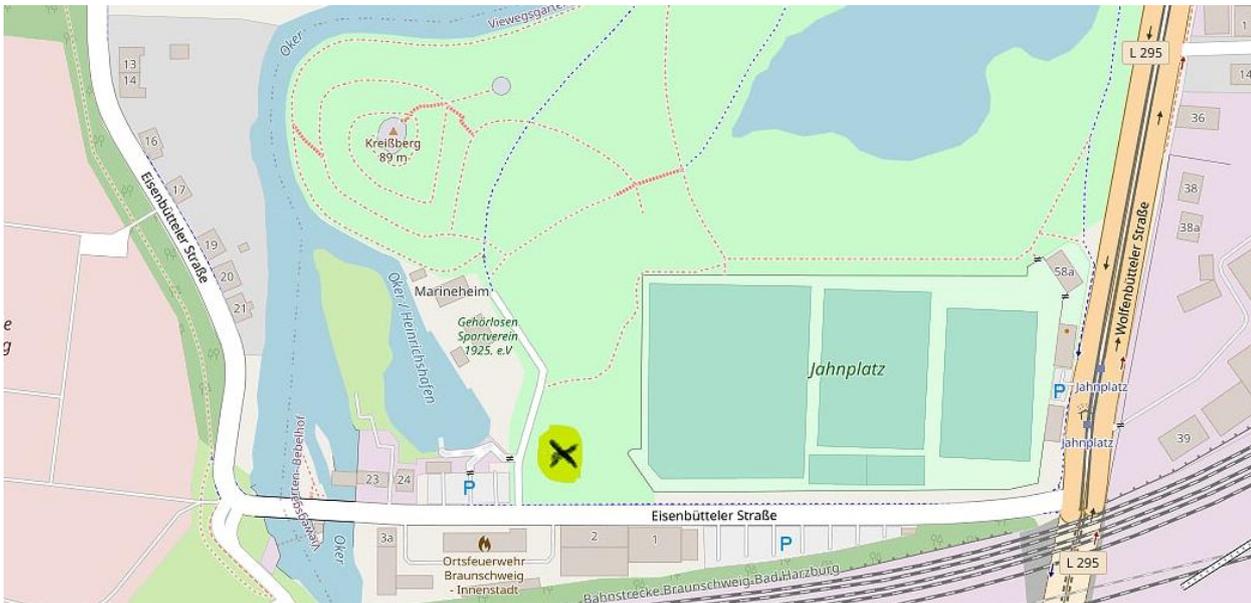
PSV-Stadion (Prinzenpark)



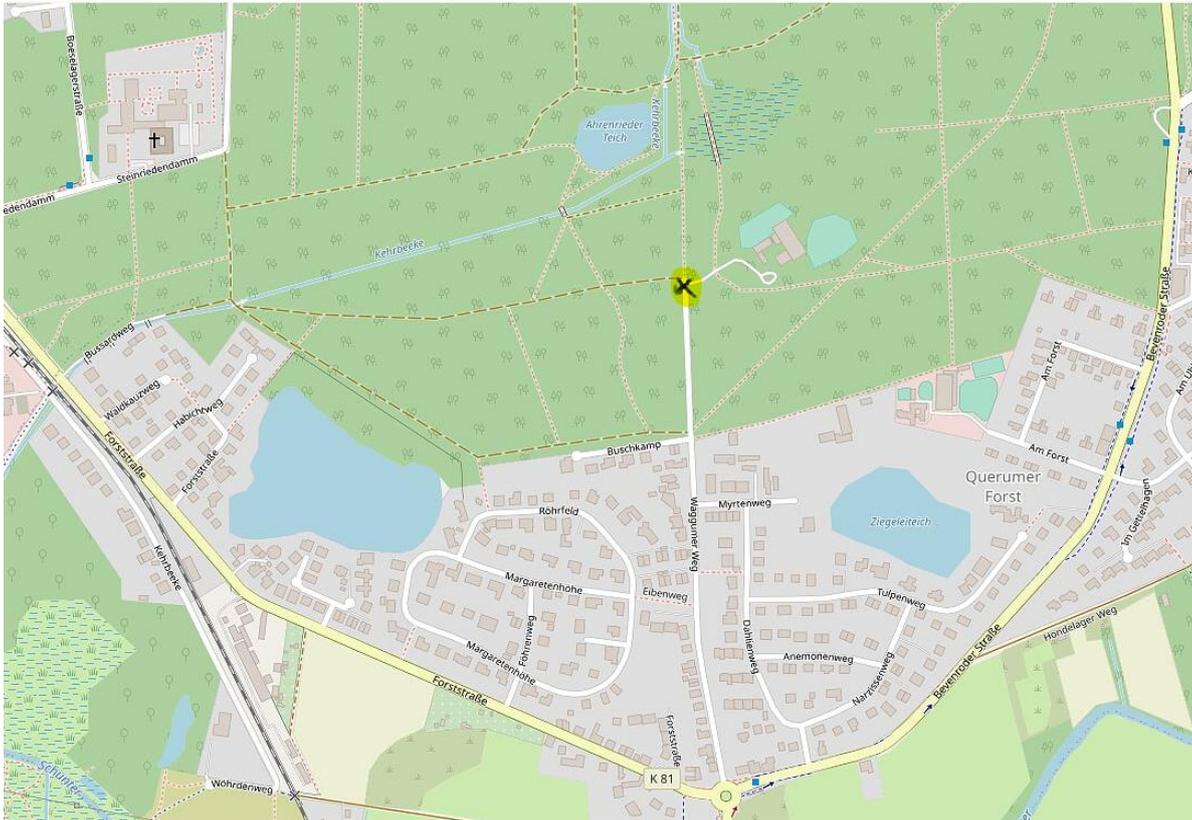
Nussberg



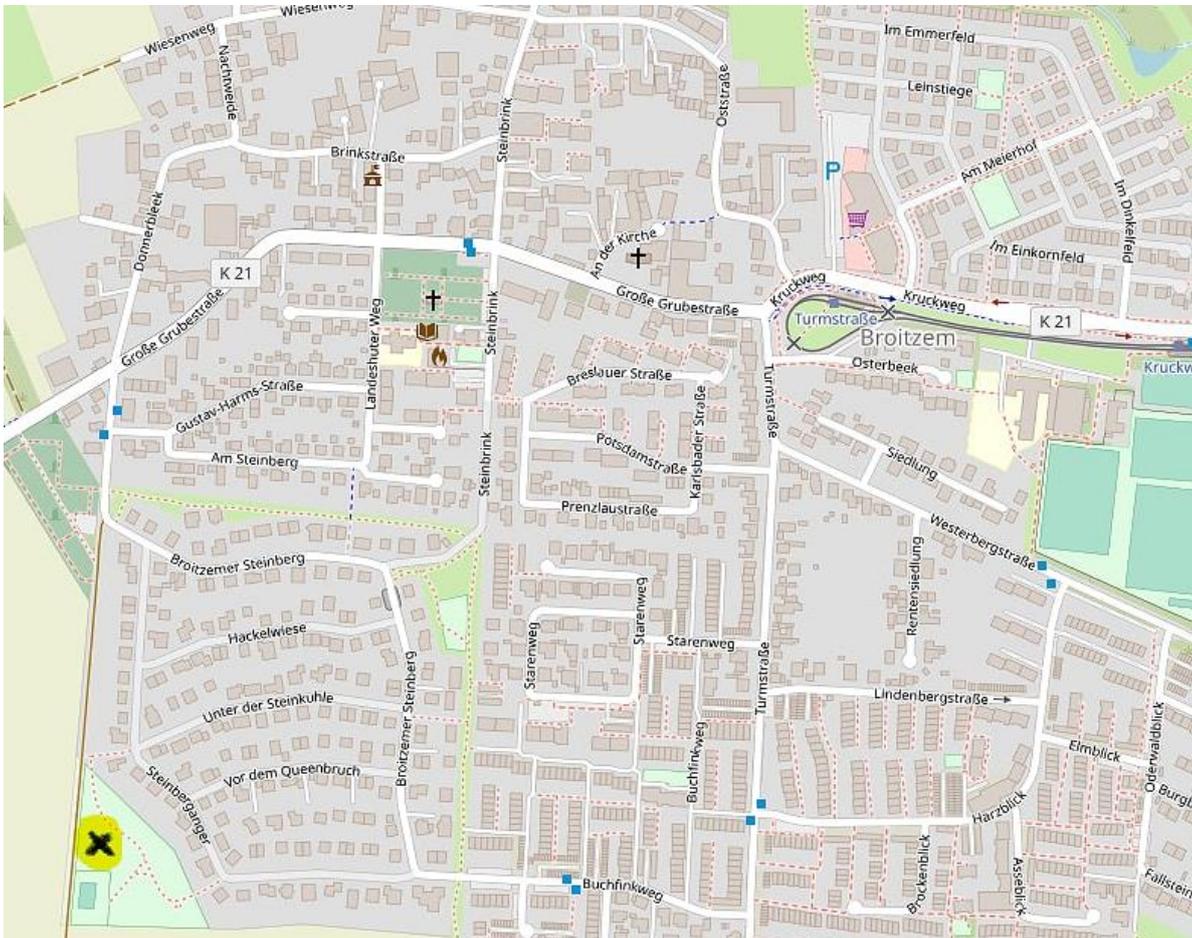
Bürgerpark



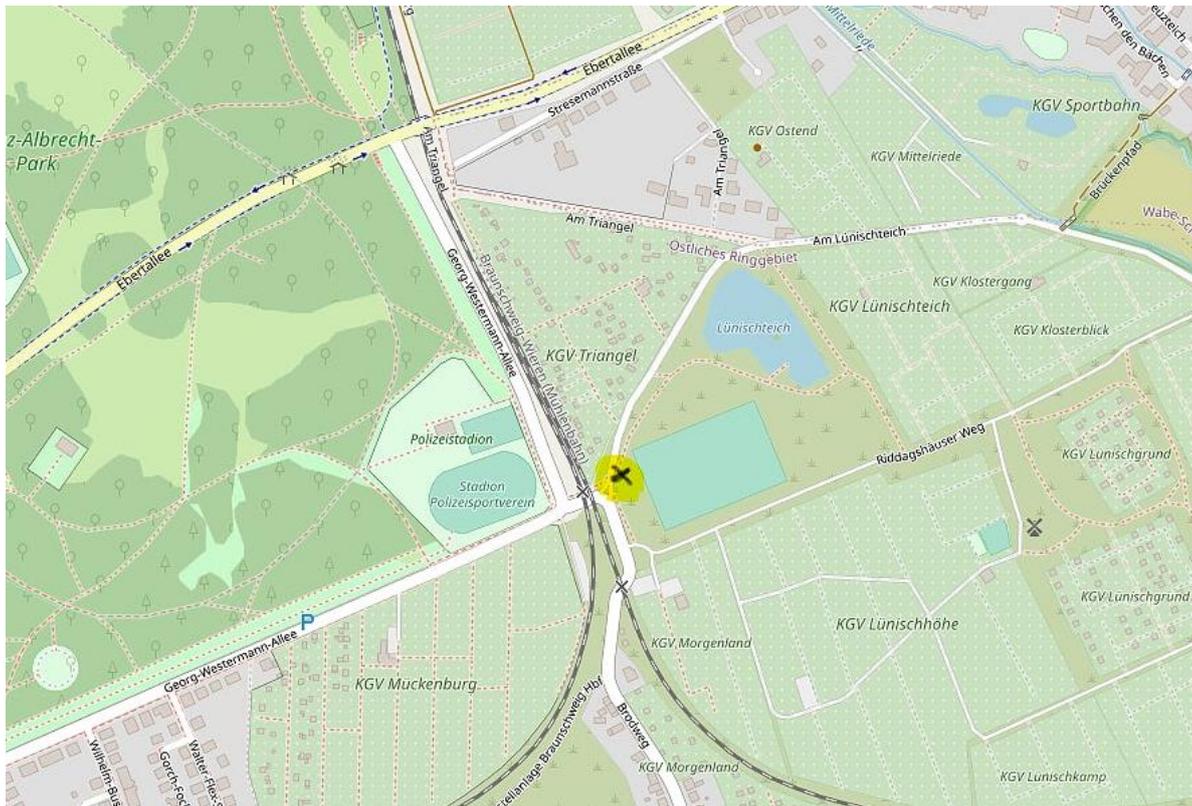
Querumer Forst



Jugendspielplatz Broitzem



Lünischteich





Anmeldebogen für Trainingsteilnehmer*innen

Mit dem Ausfüllen dieses Fragebogens erklärst du dich damit einverstanden, dass die beinhaltenen Daten mit dem Zweck zur Minimierung des Infektionsrisikos mit Covid19 erhoben und durch die Trainer*innen vier Wochen lang aufgehoben werden. Sollte innerhalb dieser Zeit bei einem Mitglied der Trainingsgruppe oder in dessen Haushalt eine Infektion festgestellt werden, so werden die Daten zur Auswertung an das zuständige Gesundheitsamt übergeben. Der Fragebogen dient also im Bedarfsfall der Verfolgung von Infektionsketten und der Information betroffener dritter Personen durch die zuständigen Behörden.

Lauftraining, Krafttraining, Koordinationstraining, Konditionstraining, Athletiktraining im Freien als vorläufiger Ersatz für konventionelles Judotraining des Heimatvereins in der Halle / Dojo.

Bitte **für jede Trainingseinheit** ausfüllen und selbstständig vor jeder Trainingseinheit bei den Trainern*innen abgeben. Ohne Abgabe dieses komplett ausgefüllten Anmeldebogens kann keine Teilnahme am Training erfolgen.

Familienname: _____ Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Verein: _____

Straße, Hausnummer: _____

PLZ, Ort: _____

Trainingstag & -zeit: _____ Trainingsort: _____

Telefon (mobil): _____ E-Mail: _____

Ich bestätige hiermit, dass

1. ich freiwillig an dem Training teilnehme,
2. ich innerhalb der letzten 14 Tage keinen Kontakt zu einem bestätigten SARS-COV-2 Fall oder Personen mit SARS-COV-2-typischen Krankheitssymptomen (siehe Punkt 5.) hatte,
3. für mich oder im gleichen Haushalt lebende Personen aktuell keine behördlich angeordnete Quarantäne aufgrund von SARS-COV-2 besteht,
4. ich innerhalb der letzten 14 Tage nicht im Ausland war bzw. innerhalb der letzten 14 Tage aus keinem Risikogebiet zurückgekehrt bin,
5. ich oder im gleichen Haushalt lebende Personen innerhalb der letzten 48 Stunden keine der folgenden Krankheitssymptome* aufgewiesen haben: Körpertemperatur (Fieber) über 37,5 Grad, allgemeines Krankheitsgefühl, Kopf- und Gliederschmerzen, Husten, Atemnot, Geschmacks- und/oder Geruchsverlust bzw. -Störungen, Halsschmerzen, Schnupfen, Durchfall, Schüttelfrost
6. ich mich vor, während und nach dem Training strikt an die kommunizierten Regelungen halte sowie den Anweisungen der Trainer*innen folge.

Solltest du nur einen der Punkte nicht bestätigen (können), ist eine Teilnahme an dem Training für dich leider nicht möglich.

Ort, Datum

Unterschrift
(bei Minderjährigen eines Erziehungsberechtigten)

*Sofern es sich bei den Symptomen um chronische, saisonal bedingte oder allergische Beschwerden handelt, die zweifelsfrei nicht auf eine mögliche Covid19-Infektion zurückzuführen sind, ist eine Teilnahme am Training möglich.