

Übergeordnete Sicherheitsmassnahmen

Diese Richtlinien gelten für den Trainingsbetrieb von **Kim Taekwondo Biel** ab **01.11.2020** auf Grund der verbindlichen Richtlinien des Bundesamt für Gesundheit (BAG).



Zusätzliche Regeln

- Einhaltung des Mindestabstandes von 1.5 m in allen Bereichen des Dojang
- Beim Eintreten und beim Verlassen des Dojang sind Hände und Füsse zu waschen und zu desinfizieren (eigenes Desinfektionsmittel mitbringen & benutzen)!
- Trainings ohne Körperkontakt
- Maximale Gruppengrösse 15 Erwachsene (Jugendliche im Erwachsenentraining werden mitgezählt!)
- Maskentragpflicht im ganzen Dojang – auch während dem Training
- Bei Ankunft und beim Verlassen des Dojang sind Grüppchenbildung und Massierungen strikte zu vermeiden.

Hinweis!



Sollten Sie Symptome wie Fieber, Kopfschmerzen, Halsschmerzen, Atembeschwerden aufweisen, bleiben Sie bitte zu Hause!

Trainingslektionen

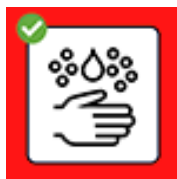
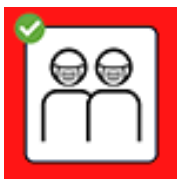
Die geplanten Zeiten sind einzuhalten. Zwischen den Gruppen wird der Dojang durchgelüftet.

Garderoben

Die Garderoben sind kein Aufenthaltsort, Nutzung nur zum raschen Umziehen!
Bitte zu Hause duschen

Résumé des principes généraux

Ces principes sont valables pour les entraînements de von **Kim Taekwondo Bienne** dès le **01.11.2020**. Ils se basent sur les directives de l'Office Fédéral de Santé (OFSP).



Règles supplémentaires

- Garder une distance minimale de 1,5 m dans toutes les zones du Dojang
- En entrant et en sortant du Dojang, les mains et les pieds doivent être lavés et désinfectés (Apportez et utilisez votre propre désinfectant)!
- Entraînement sans contact physique
- Taille maximale du groupe : 15 adultes (les adolescents qui suivent les entraînements des adultes sont comptés !)
- Les masques doivent être portés dans tout le Dojang - également pendant l'entraînement
- À l'arrivée et au départ du Dojang, la formation de petits groupes et les massages doivent être strictement évités

Notez!



Si vous avez des symptômes comme la fièvre, mal de tête, mal de gorge, difficultés respiratoires, restez SVP à la maison!

Cours d'entraînement

Les horaires planifiés doivent être respectés. Entre les groupes, le Dojang est diffusé..

Vestiaires

Les vestiaires ne sont pas un lieu de séjour, ils servent uniquement à se changer rapidement !
Veuillez prendre la douche à la maison