

## REGELN für das Training ab 16. November 2020

### Trainingsablauf

- **Gruppengrösse:** Trainings sind nur in Gruppen mit maximal 7 Personen erlaubt.
- **Kinder und Juniorentraining (18:00-19:30)**
  - Das Kindertraining kann zur Zeit bis auf weiteres nicht angeboten werden.
- **Erwachsenentraining (19:45-21:15)**
  - Einzeltrainings, Techniktrainings sowie Konditionstrainings ohne Körperkontakt sind erlaubt.
  - Freie Gefechte und «corps à corps»-Aktionen sind nicht erlaubt.
  - Kinder und Junioren können zu diesen Bedingungen mit den Erwachsenen am Training teilnehmen. Sie dürfen sich allerdings nur in Anwesenheit mindestens eines Erwachsenen in den Räumlichkeiten aufhalten.

### Anmeldung fürs Training

- **Die Anmeldung** für die Trainings erfolgt weiterhin über Doodle.
- **Pro Training** sind 7 Teilnehmer zugelassen.

### Fechtmaterial

- **Kein Material vom Club** ist im Fechtkeller verfügbar.
- Wer **keine eigene Ausrüstung** hat, meldet sich bei Milanka Zihler und mietet/kauft die nötige Ausrüstung.
- Degen und Kabel können in Ausnahmefällen im Fechtkeller ausgeliehen werden. Unsachgemäss behandelte, defekte Waffen werden in Rechnung gestellt.
- **Nach Beendigung** der Covid 19 Massnahmen muss der Degen wieder im Fechtkeller zurückgegeben werden.

### Hygienemassnahmen

- Nur gesund und symptomfrei ins Training. Sportlerinnen und Sportler, aber auch Trainerinnen und Trainer mit Krankheitssymptomen bleiben zu Hause. Bei **Symptomen** wie Husten, Schnupfen, Verlust des Geschmackssinns, Fieber etc. darf das Training nicht besucht werden.
- Die **Präsenzliste** ist weitergeführt und notwendig für alle die sich im Fechtkeller aufhalten.
- Beim Betreten sowie vor dem Verlassen des Gebäudes **Hände gründlich waschen oder desinfizieren**.
- Die Fechter kommen bereits umgezogen. **Garderoben/Duschen bleiben geschlossen**.
- **Im Innenraum muss von jeder erwachsenen Person** (über 16 Jahre) **jederzeit** (vor, während und nach dem Training sowie beim Zuschauen) eine **Schutzmaske** getragen und der **Abstand von 1.5m** eingehalten werden.
- Der Fechtkeller wird **alle 45 Minuten** während **wenigstens 5 Minuten stossgelüftet**.
- **kein Essen** im Fechtkeller, eigenes Getränk ist erlaubt.
- Am Ende des Trainings den Fechtkeller zügig verlassen.
- Die anwesenden Erwachsenen sind für die Umsetzung und Einhaltung der Hygienemassnahmen verantwortlich.

**Fechtausrüstung:** Milanka Zihler, Oberrainweg 1, 8112 Otelfingen, Tel: 079 255 08 11