



**TAERYON TAEKWONDO-LEHRGANG  
JUGENDLICHE UND ERWACHSENE AB 12 JAHRE  
AM 12. JULI 2020**

[WWW.TAERYON.BAYERN](http://WWW.TAERYON.BAYERN)



<b>Veranstalter:</b>	<b>Taeryon e.V. Verein für traditionelles Taekwon-Do</b> Lessingstr. 14 * 82140 Olching Ansprechpartner: Otfried Schanz 4.Dan, Tel. 0170 / 482 2989 eMail: <a href="mailto:o.schanz@taeryon.bayern">o.schanz@taeryon.bayern</a>														
<b>Ort:</b>	<b>82140 Olching, Martinstr. 3, Turnhalle Martinschule (Grundschule)</b>														
<b>Termin und Trainingszeit</b>	<b>So, 12. Juli 2020</b> Registrierung: So, 12.7.2020 ab 8:45 Uhr Beginn: 9:00 Uhr														
<b>Teilnehmer</b>	<b>Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahre</b>														
<b>Seminar-gebühren:</b>	<b>Für alle Mitglieder und Kursteilnehmer von Taeryon kostenfrei</b>														
<b>Programm:</b>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Uhrzeit</th> <th>Min</th> <th>Programm: Formen Hyong/Taeguk/ Schwerpunkt hier Prüfungsform, Techniken, Block-Techniken, Kraft und Kondition</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>09:00 – 10:00 10:15 – 11:15</td> <td>60 60</td> <td><b>B1:</b> ab Weiß- bis einschl. Grün-Blau-Gurt mit * (ab 10. Kup – 5. Kup mit *)</td> </tr> <tr> <td>11:45 – 12:45 13:00 – 14:00</td> <td>60 60</td> <td><b>B2:</b> ab Blau-Gurt bis Braun-Schwarz-Gurt (ab 4. Kup bis 1. Kup)</td> </tr> <tr> <td>14:15 – 15:15 15:30 – 16:30</td> <td>60 60</td> <td><b>B3:</b> Schwraz-Gurte ab 1. Dan</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Wir dürfen nur 60 min Trainingseinheiten durchführen. Die 15 Minuten Pause zwischen den Stunden-Einheiten dienen zum intensiven Lüften der Halle!</b></p>			Uhrzeit	Min	Programm: Formen Hyong/Taeguk/ Schwerpunkt hier Prüfungsform, Techniken, Block-Techniken, Kraft und Kondition	09:00 – 10:00 10:15 – 11:15	60 60	<b>B1:</b> ab Weiß- bis einschl. Grün-Blau-Gurt mit * (ab 10. Kup – 5. Kup mit *)	11:45 – 12:45 13:00 – 14:00	60 60	<b>B2:</b> ab Blau-Gurt bis Braun-Schwarz-Gurt (ab 4. Kup bis 1. Kup)	14:15 – 15:15 15:30 – 16:30	60 60	<b>B3:</b> Schwraz-Gurte ab 1. Dan
Uhrzeit	Min	Programm: Formen Hyong/Taeguk/ Schwerpunkt hier Prüfungsform, Techniken, Block-Techniken, Kraft und Kondition													
09:00 – 10:00 10:15 – 11:15	60 60	<b>B1:</b> ab Weiß- bis einschl. Grün-Blau-Gurt mit * (ab 10. Kup – 5. Kup mit *)													
11:45 – 12:45 13:00 – 14:00	60 60	<b>B2:</b> ab Blau-Gurt bis Braun-Schwarz-Gurt (ab 4. Kup bis 1. Kup)													
14:15 – 15:15 15:30 – 16:30	60 60	<b>B3:</b> Schwraz-Gurte ab 1. Dan													
<b>Referenten</b>	Otfried Schanz 4.Dan und Patrick Schanz 4. Dan														
<b>Anmeldung:</b>	<b>Anmeldung ab sofort über Doodle – Bitte Vor- und Nachname angeben und die Uhrzeit anhaken: B1:09.00-11:15, B2:11:45-14:00, B3:14:15-16:30</b>  Anmelden über: <a href="https://beta.doodle.com/poll/ea8s9k85gdu67vs6">https://beta.doodle.com/poll/ea8s9k85gdu67vs6</a>														
<b>Hinweise</b>	An- und Abreise sowie die Teilnahme am Lehrgang geschieht auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Schäden jeglicher Art.  <p align="center"><b>Wichtige Hygiene-Regeln im Überblick!</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Im Dobok zum Taining kommen. Hallenschuhe mitbringen – kein Barfuß-Training</li> <li>2) Den SARS-CoV-2 Risiko Fragebogen ausgefüllt und unterschrieben mitbringen.</li> <li>3) Mund-/Nasenschutz muss in der Halle immer getragen werden ausser beim Training</li> <li>4) Die Hallen-Umkleiden und Duschen sind geschlossen und dürfen nicht genutzt werden</li> <li>5) Mindestabstand von 1,5m immer einhalten</li> <li>6) Zuschauer sind nicht zugelassen</li> </ol> <p>Der Lehrgang findet nur statt, wenn sich insgesamt mindestens 30 Teilnehmer über Doodle angemeldet haben.</p> <p>Anmeldeschluß ist Fr, 10.7.2020!</p>														



**TAERYON TAEKWONDO-LEHRGANG**  
**JUGENDLICHE UND ERWACHSENE AB 12 JAHRE**  
**AM 12. JULI 2020**  
[WWW.TAERYON.BAYERN](http://WWW.TAERYON.BAYERN)



## **Verhaltensregeln Infektionsschutz Turnhalle Martinschule**

**Bitte gut durchlesen und alle Vorgaben einhalten!**

- 1) Eltern die ihre Kinder zum Training bringen und Abholen dürfen nicht mit in die Halle kommen. Vor dem Hallen-Eingang die Kinder in das Training entlassen und wieder abholen.
- 2) Zuschauer sind während des Trainings nicht erlaubt.
- 3) Bei Betreten der Halle und Verlassen der Halle nach Trainingsende die Hände im Eingangsbereich desinfizieren. Desinfektionsmittel sind vor Ort.
- 4) Innerhalb der Hallen ist immer ein Mund-/Nasenschutz zu tragen. Nur während der Trainings-Ausübung darf der Mund-/Nasenschutz abgelegt werden.
- 5) Umkleiden und Duschen sind geschlossen und dürfen nicht genutzt werden. Deshalb schon in Trainingskleidung (Dobok) zum Training kommen. Straßenschuhe im Vorraum ausziehen und Hallenschuhe anziehen. Wir trainieren in Schuhen und nicht Barfuß aus Hygienegründen.
- 6) Der Mindestabstand von 1,5m zum Nachbarn ist immer einzuhalten bei Betreten und Verlassen der Halle als auch in der Halle selbst. Die Halle zügig betreten und verlassen, um Warteschlangen am Eingang/Ausgang zu vermeiden.
- 7) Fragebogen SARS-CoV-2 Risiko (siehe Anlage) ausdrucken, ausfüllen und unterschrieben zum Training mitbringen und beim Trainer zur Prüfung abgeben. Sollte eines der abgefragten Symptome mit „Ja“ beantwortet werden, dann NICHT zum Training kommen.
- 8) Die Trainingszeit beträgt max. 1 Stunde. Vor und nach dem Training die Halle intensiv lüften. Alle Fenster, alle Türen (auch Fluchttür) öffnen, so dass ein Durchzug entsteht. Auch während des Trainings lüften. Siehe hallenspezifische Regeln.
- 9) Es sind nur Trainingsinhalte erlaubt, die die Einhaltung des Mindestabstandes sicherstellen. Kein Freikampf, Wettkampf, Pratzentraining, Einschrittkampf und keine Selbstverteidigung.
- 10) Es wird in Gruppen von maximal 20 Teilnehmern einschließlich Übungsleiter trainiert. Die maximale Teilnehmerzahl ist abhängig von der Hallengröße. Siehe hallen-spezifische Regeln.
- 11) Toiletten dürfen benutzt werden. Auch hier den Mindestabstand einhalten und einen Mund-/Nasenschutz tragen. Die Hände anschließend mit Seife gründlich waschen.
- 12) Die Trainer sind verpflichtet, die SARS-CoV-2 Risiko Fragebögen zu prüfen und einzusammeln und eine Übersichtsteilnehmerliste zur Dokumentation zu erstellen. Die Unterlagen komplett beim Vereinsvorstand Otfried Schanz noch am Trainingstag abgeben. Eine Herausgabe dieser Informationen erfolgt ausschließlich zum Zweck der Auskunftserteilung auf Anforderung gegenüber den zuständigen Gesundheitsbehörden.
- 13) Eine Trainingsteilnahme ohne vollständig ausgefüllten Risiko Fragebogen und bestätigter Symptomfreiheit durch Unterschrift ist ausgeschlossen. Die Trainer sind für die Einhaltung verantwortlich.
- 14) Die Trainer sind verpflichtet benutzte Trainingsgegenstände in der Halle (z.B. Bänke, Matten usw.) nach dem Training zu desinfizieren. Dies ist auf der Übersichtsteilnehmerliste vom Trainer zu bestätigen.
- 15) Nach jeder Trainingseinheit sind die Hallen intensiv zu lüften. Das heißt alle Fenster, Türen auch Fluchttüren (wenn möglich) öffnen damit Durchzug entsteht. Während der Lüftungszeit darf die Halle von den Teilnehmern nicht betreten werden. Auch während des Trainings nach Möglichkeit lüften mit Durchzug.