



Budozentrum Münster

KARATE DO – Qi Gong – Tai Chi für Kinder, Jugend und Erwachsene

Richtlinien für den Trainingsbetrieb KarateDO

Gruppe: es dürfen nur aktive Karateka (maximal 15 Personen) am Training teilnehmen. Zuschauer sind in dieser Zeit nicht zugelassen. Ebenso findet in dieser besonderen Zeit vorerst kein Probetraining statt.
Es nehmen nur Karateka teil, die sich an diese Regeln halten!!!! Sonst erfolgt ein Ausschluss vom Training!!!!

Trainingsort: Sporthalle des SC Sprakel

Bedingungen:

- zwischen den Übenden wird ein Abstand von mindestens ca. 2m eingehalten – Mund-/Nasenschutz ist keine Pflicht, kann aber auf Wunsch getragen werden.
- Gewartet wird noch „vor“ dem Gelände des SC Sprakel also am Zugang (Zaun) und es ist darauf zu achten, den Eingangsbereich frei zu halten.
- Die Halle wird erst betreten, wenn die vorherige Gruppe diese verlassen hat und dann mit dem entsprechenden Abstand zwischen den einzelnen Trainingsteilnehmer.
- Die Teilnehmer kommen schon umgezogen zum Training, die Umkleidekabinen sind gesperrt.
- Die Halle wird ausschließlich durch die Haupteingangstür betreten.
- Es wird nur die Toilette im Hauptgebäude zur Nutzung freigegeben
- Vor und nach dem Training gründlich Hände waschen
- Nur wer sich absolut fit fühlt und keine Erkältungssymptome etc. hat nimmt am Training teil

Trainingstage: Wir halten an den üblichen Trainingszeiten fest –
Dienstag 19.45 – 20.45 Uhr und Freitag 18-19 Uhr.
Um allen den Trainingsbetrieb zu ermöglichen werden wir bis auf Weiteres wie folgt verfahren:
- Freitags **keine** Erwachsene beim Training! Alle ab Grüngurt, die bereits auf weiterführende Schulen gehen, sollten das Training am Dienstag besuchen, so können wir die Gruppengrößen entsprechend halten und allen das Training ermöglichen.

Inhalte: Lediglich Grundtechniken und ggf. Formenläufe, die ohne Partner geübt werden
Es werden **keine** Partnerübungen gemacht –. Es werden keine Spiele o.Ä. gemacht!

Es gelten darüber hinaus die besonderen Regeln des SC Sprakel 1930 e.V. !!

Trainingsbeginn wäre dann ab 26.5 – bis zu den Sommerferien

Sven

Noch schneller Infos erhalten und Termine direkt im elektronischen Kalender eintragen:

<https://heja.io/download/AB331295>

Unser Teamcode: AB-331295

Mitglied im DKV und KDNW



Keine News mehr

Ihr wollt den Newsletter nicht mehr erhalten. Dann meldet euch bitte über diesen Link mit dem vorgegebenen Betreff ab:

[Abmeldung Newsletter](#)

Mitglied im DKV und KDNW

