



# Ju-Jitsu Self-Défense Club du Nord

Association sans but lucratif  
affiliée à la Fédération Luxembourgeoise des Arts Martiaux

Siège social: 5, Laangfeld L-9155 Grosbous  
<http://www.sdch.eu>

Gudde Moien Alleguer

No enger laanger Corona-Paus kennen mir endlech nees mat eisem Kannertraining duerchstarten. Den Virus ass awer nach ëmmer omnipresent an dofir muss jiddereen sech un verschidden Spillreegelen halen, fir dass mir eis selwer, resp. een aneren net ustiechen. Mir müssen eis bewosst sinn, dass mir den Virus kennen erwëscht hunn, och wann mir keng oder nach keng Symptomer verspieren. Vir den Risiko vun engem Ustiechen op ee minimum ze reduzéieren, hunn mir all Virsichtsmaossnamen getraff, fir dass kengem eppes passéiert. Wann jiddereen sech un des Moosnamen hält, wäerte mir och dee Rescht vun der Corona-Zäit gesond a monter iwwerstinn.

Trotz allen Virsichtsmaossnamen, trainéiert awer all Member op seng eegen Verantwortung an op säin eegenen Risk. Als Veräin iwwerhuelen mir keng Responsabilitéit, falls trotz all eisen Virsichtsmaossnamen ee Member sech géing infizéieren.

Falls ee Member sech net gutt fillt, Féiwer huet, säin Geroch's -oder Geschmaach'sënn verluer huet, dann soll hien doheem déi néideg Maossnamen treffen. Op kee Fall dierf hien dann op den Training kommen.

Hei elo den Moosnamekatalog, deen mir vum Comité getraff hunn:

## **Mir fänken Freides, den 2. Oktober mam Kannertraining un.**

1) Vir net nach méi Kanner um Training ze hunn, wäerten mir **bis op Weideres KENG NEI Memberen um Kannertraining** unhuelen.

2) Desweideren wäerte mir den Kannertraining splécken, d.h. mir trainéieren an 2 Gruppen an zu verschidden Auerzäiten.

Grupp 1 trainéiert vun 18.00 - 18.50 Auer

Grupp 2 trainéiert vun 19.10 - 20.00 Auer

Fir déi verschidden Gruppen ze fëllen, zielen ech op äert Versteesdemech an op är Mataarbecht. Dofir wär ech frou, wann Dir mir per Mail kéint matdeelen, zu welcher Auerzäit Dir trainéieren wëllt kommen. Mir probéieren, wann nëmmen méiglech, dass d'Trainingspartner ëmmer beieneen kenne bleiwen. Wärend enger Stonn gëtt den Partner NIE gewiesselt. Ech beäntweren net all eenzelnen Mail. Dir kritt eng Sammelmail ee puer Deeg virum eischten Training, wou d'Gruppen dran opgedeelt sinn.

Wann dir lech an ee vun deenen 2 Gruppen gemellt hutt, dann bléift Dir och an dësem Grupp. Et ass den Trainer virbehalen, fir Kanner an een aneren Grupp ze setzen (falls z.B. d'Gruppen net gläichméisseg ausgelaascht sinn)

3) Tëscht deenen verschiddenen Trainerer ginn eis Matten frësch desinfizéiert an den Sall gëtt gelëft.

4) Eisen Tatami (Trainingsteppech) gëtt net méi, wei mir et gewinnt sinn iwwert dee ganzen Sall geluecht. Fir deen néidegen Ofstand zu eisen Kolleegen ze kréien, maache mir kleng Inseln mat eisen Matten, op deenen maximal 2-3 Kanner stinn, mat deene mir trainéieren. (Dir kennt iech jo schonn virum Training mat äre Kolleegen ofschwätzen) Des Inseln ginn während dem ganzen Training net verlooss.

5) Disziplin ass bei eis am Veräin nach ëmmer grouss geschriwwen ginn an mir verloossen eis drop, dass dir iech un d'Reegelen haalt. Hei kommen elo nach ee puer ganz wichteg Reegelen:

- D'Trainer doen ee Mond-Nuesenschutz un, wann d'Istanz vun 2 Meter net agehalen kann ginn resp. wann Si op déi verschidden Inseln müssen goen, fir lech ze verbesseren oder lech ze hëllefen. Wann d'Istanz méi grouss ass, brauche Si keng Mask un ze doen.

- Well mir d'Vestiairen net benotzen, kommen mir am Kimono op den Training.

- Jiddereen huet seng Mask un, bis hien um Tatami (Teppech) ukomm ass. Eréicht hei däerfe mir eis Mask ausdinn.

- Eis Jackett, Schong an eis Strëmp doen mir aus, wann mir den Sall betrieden, an stellen se nieft eise Tatami of. Eis Mask maachen mir an eng Tut an leeën se bei eis Schong resp. Jackett. Falls dir onbedengt eng Fläsch Waasser matbréngen musst, stelle mer déi och nieft eisen Tatami.

- Mir stellen lech Desinfektionsmëttel zur Verfügung, mat deem Dir är Hänn desinfizéiert, ier Dir an de Sall kommt. Während der Trainingszäit verloossen mir eisen Tatami net. Falls trotzdem ee misst op d'Toilette goen, muss den Trainer gefrot ginn, an selbstverständlech desinfizéieren mir uschléissend eis Hänn nees, wann mir an de Sall kommen. Fir den Sall kuerzfristeg ze verloossen, muss mir och eis Mask undinn. Är Féiss ginn vun engem Trainer désinfizéiert, wann Dir um Tatami sidd.

- Wann den Training eriwwer ass, deet jiddereen seng Mask, Strëmp, Schong a Jackett nees un a mir verloossen den Sall.

- Eis Elteren däerfen eis NET an de Sall begleeden an och net hei ofhuelen. Si müssen am klengen Häffchen waarden, bis dass Dir eraus kommt. Zuschauer sinn am Sall NET erlaabt. Falls d'Elteren nach net ukomm sinn, da sot Dir dem Trainer direkt Bescheid.

Well mir Corona-Bedéngt net eis voll Saison konnten duerch trainéieren, wäerte mir bei der Cotisatioun, déi am Dezember vir 2021 a Rechnung gestallt gëtt, eng entspreichend Reduktioun verrechnen.

Mir hoffen, dass mir alleguer zesammen den Rescht vum Corona gutt iwwerstinn, an mir freeën eis drop lech den 2. Oktober gesond a monter erëm ze gesinn.

Am Numm vun de Kannertrainer,

Patrick Pauly