

FIT FÜR ALLE FÄLLE.

**WingTsun** ▶

selbstverteidigung.ch

## Merkblatt für Teilnehmende

(gemäss Anordnung BAG)

**Gültig ab 26. Oktober 2020**

### WICHTIGE REGELN für SchülerInnen ab 12 Jahren:

- **Maskentragpflicht Eingang und Garderobe** (Bundesbeschluss vom 19.10.2020)
- **Maskentragen während dem Training empfohlen.**
- **Nur gesund und symptomfrei ins Training.**
- **Vor und nach dem Training Händewaschen.**
- **Es dürfen keine Begleitpersonen in der Schule warten.**

### Weitere Regeln:

- Niesen und Husten in die Armbeuge
- persönliches Trainingsmaterial benutzen (Faustschützer)
- Es dürfen keine Begleitpersonen in der Schule warten.
- Ausserhalb des Trainings **1.5m Abstand wahren** (Eingang, Garderobe)

### Hinweise:

- Im Training ist das Maskentragen für SchülerInnen ab 12 Jahren empfohlen.
- Es kann kontaktlos oder mit Kontakt trainiert werden.
- Soweit möglich wird der Abstand von 1.5 Meter eingehalten (Form/Techniken).  
Bei Partnerübungen wird dieser Abstand zum nächsten Trainingspaar eingehalten.
- Personen der Risikogruppe raten wir, kontaktloses Training zu wählen.
- Wir führen Präsenzlisten über alle Trainings.
- Räumlichkeiten sowie Trainingsmaterial werden nach allen Lektionen desinfiziert.
- Dieses Merkblatt wird am 28.10.2020 wieder angepasst.

### Bei Fragen zu den Schutzbedingungen:

[info@wingtsun-buchs.ch](mailto:info@wingtsun-buchs.ch) / **044 558 83 81 (Ariane Rindlisbacher)**