

## Allgemeines

Die nachfolgenden Richtlinien, Handlungsanweisungen und Empfehlungen für das Karate-Training basieren auf der 407. Verordnung des Bundesministers für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, mit der die COVID-19-Lockerungsverordnung geändert wird (11. COVID-19-LV-Novelle).

### Verordnungen:

407. Verordnung des Bundesministers für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, mit der die COVID-19-Lockerungsverordnung geändert wird (11. COVID-19-LV-Novelle):

[https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/BgblAuth/BGBLA\\_2020\\_II\\_407/BGBLA\\_2020\\_II\\_407.html](https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/BgblAuth/BGBLA_2020_II_407/BGBLA_2020_II_407.html)

Verordnung des Bundesministers für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz betreffend Maßnahmen, die zur Bekämpfung der Verbreitung von COVID-19 ergriffen werden (COVID-19-Maßnahmenverordnung – COVID-19-MV):

<https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=20011162>

Konsolidierte Fassung:

<https://karate-austria.at/de/download/463>

Die vorliegenden Richtlinien, Handlungsanweisungen und Empfehlungen gelten ab **21. September 2020** und **ersetzen alle vorher erlassenen** Regelungen von KARATE AUSTRIA im Zusammenhang mit COVID-19.

## **Richtlinien, Handlungsanweisungen und Empfehlungen für das Karate-Training ab 21. September 2020**

1. Beim **Betreten von Sportstätten** ist gegenüber Personen, die nicht im gemeinsamen Haushalt leben, ein **Abstand** von mindestens **einem Meter** einzuhalten.
2. Beim **Betreten von Sportstätten** in geschlossenen Räumen ist eine den **Mund- und Nasenbereich abdeckende mechanische Schutzvorrichtung** zu tragen.
3. Die den **Mund- und Nasenbereich abdeckende mechanische Schutzvorrichtung** darf **während der Sportausübung** und **beim Duschen abgenommen** werden. In allen anderen Situationen muss die Schutzvorrichtung getragen werden.
4. Die **maximale Zahl** von Personen **in einer Trainingsgruppe beträgt 10**, wobei Trainerinnen und Trainer auf diese Zahl nicht angerechnet werden.

Es können mehrere Gruppen **parallel in einer Trainingsstätte trainieren**, es muss jedoch durch organisatorische oder sonstige Maßnahmen gesichert sein, dass sich die Trainingsgruppen **nicht durchmischen** können.

5. Vor dem Betreten der Umkleieräume, falls diese nicht benützt werden, vor dem Betreten des Trainingsraumes, ist eine **Handdesinfektion** durchzuführen, ebenso unmittelbar nach Beendigung des Trainings.
6. Es ist darauf zu achten, die für das Training verwendeten Räumlichkeiten gut zu **durchlüften** (siehe dazu auch Anlage 3).
7. Sportgeräte sind zu **desinfizieren**, sobald das Training mit dem betreffenden Gerät **beendet** ist bzw. **bevor** ein anderer Sportler/eine andere Sportlerin das Gerät benützt.
8. Die **Mattenfläche** bzw. der **Boden** der Trainingsstätte ist am Ende der Trainingseinheit mit einem Flächendesinfektionsmittel zu **desinfizieren**.
9. Generell sind die für die Sportausübung vorgesehenen Bereiche inklusive dazugehörige Sanitärbereiche und Garderoben etc. im Falle der Nutzung mind. **einmal täglich zu reinigen**. Häufig berührte Flächen (z.B. **Türklinken**, Armaturen) sind zu desinfizieren. Dafür wird ein Desinfektionsmittel auf Alkoholbasis empfohlen.

10. Für jede einzelne Trainingseinheit ist eine **vollständige Anwesenheitsliste** mit Erfassung von Vor- und Familiennamen sämtlicher Trainingsteilnehmer und Trainer zu führen und mindestens **28 Tage aufzubewahren**, um im Falle einer SARS-CoV-2-Infektion den Gesundheitsbehörden (BH, Magistrat, Amtsarzt/Amtsärztin) unverzüglich die für das Contact-Tracing notwendigen Daten zur Verfügung stellen zu können.

Falls die Daten der Trainingsteilnehmer/innen nicht ohnehin bekannt sind (z. B. mydojo, sonstige Datenbank), sind auch E-Mailadresse, Telefonnummer und, bei Minderjährigen die Kontaktdaten eines/r Erziehungsberechtigten zu erfassen.

Um das Führen der Anwesenheitslisten zu erleichtern und einem möglichen Verlust derselben vorzubeugen, stellt KARATE AUSTRIA unter

<https://karate-austria.at/scan>

eine Web-Anwendung zur Verfügung, die auf jedem gängigen Browser am Smartphone lauffähig ist. Damit kann der in **mydojo** generierte **QR-Code** gescannt werden und so, z. B. am Ende des Trainings, die Anwesenheit von Trainern und Sportlern lückenlos dokumentiert werden. Der QR-Code muss nur einmal generiert und kann am Smartphone gespeichert oder auf Papier ausgedruckt werden.

Eine detaillierte Anleitung zum Handling der Scan-Anwendung findet sich in **Anlage 1 und 2**.

Für Fragen und Unterstützung bei der Implementierung der Scan-Lösung steht KARATE AUSTRIA unter [office@karateaustria.at](mailto:office@karateaustria.at) zur Verfügung.

11. Beim Auftreten einer SARS-CoV-2-Infektion ist folgende Vorgangsweise einzuhalten:
- Der Verein (die COVID-19-Ansprechperson des Vereines) **informiert unverzüglich** die örtlich zuständige Gesundheitsbehörde (BH, Magistrat, Amtsarzt/Amtsärztin, allenfalls die Gesundheitshotline 1450). Es wird empfohlen, sich bereits im Vorfeld über die **Kontaktdaten der Behörde** Klarheit zu verschaffen und diese allen Trainingsverantwortlichen zur Verfügung zu stellen (siehe dazu Anlage 3).
  - Weitere Schritte werden von den örtlich zuständigen Gesundheitsbehörden / Amtsarzt / Amtsärztin verfügt. Testungen und ähnliche Maßnahmen erfolgen ebenfalls auf Anweisung der Gesundheitsbehörden.

Der **Verein** hat die Umsetzung der Maßnahmen **zu unterstützen**.

- **Dokumentation durch den Verein** (die COVID-19-Ansprechperson des Vereines), welche Personen Kontakt zur betroffenen Person hatten sowie Art des Kontaktes (z. B. mit Hilfe von Anwesenheitslisten; wird dafür die Scan-Anwendung von KARATE AUSTRIA genutzt, kann über [office@karateaustria.at](mailto:office@karateaustria.at) eine **Auswertung der relevanten Trainings** angefordert werden).
  - Sollte ein Erkrankungsfall bestätigt werden, erfolgen weitere Maßnahmen (z.B. Desinfektion der Sportstätte) entsprechend den **Anweisungen** der örtlich zuständigen **Gesundheitsbehörde**.
12. Der Verein (oder der Betreiber der Sportstätte) hat ein **COVID-19-Präventionskonzept** zur Minimierung des Infektionsrisikos **auszuarbeiten** und **umzusetzen**, das zumindest folgende Themen beinhalten muss:
1. Verhaltensregeln von Sportlern, Betreuern und Trainern
  2. Vorgaben für die Trainings- und Wettkampfinfrastruktur
  3. Hygiene- und Reinigungsplan für Infrastruktur und Material
  4. Regelungen zum Verhalten beim Auftreten einer Infektion

Für die **Erstellung des COVID-19-Präventionskonzeptes** können die Punkte 1 bis 11, 14 sowie Anlage 3 des vorliegenden Dokumentes herangezogen und entsprechend angepasst werden.

13. Für **Spitzensportler** gem. § 3 Z 6 BMSG 2017, das sind jene **definierten Athletinnen und Athleten**, für die ab 20. April 2020 **Ausnahmeregelungen vom Betretungsverbot** von Sportstätten erlassen wurden, ist vom **verantwortlichen Arzt** ein dem Stand der Wissenschaft entsprechendes COVID-19-Präventionskonzept zur Minimierung des Infektionsrisikos auszuarbeiten und dessen Einhaltung laufend zu kontrollieren. **Vor erstmaliger Aufnahme** des Trainings- und Wettkampfbetriebes ist durch molekularbiologische **Testung** nachzuweisen, dass **Sportler, Betreuer und Trainer SARS-CoV-2 negativ** sind. Bei Bekanntwerden einer SARS-CoV2-Infektion bei einem Sportler, Betreuer oder Trainer, sind in den folgenden zehn Tagen nach Bekanntwerden der Infektion vor jedem Wettkampf alle Sportler, alle Betreuer und Trainer einer molekularbiologischen Testung auf das Vorliegen von SARS-CoV-2 zu unterziehen.

Details zu den für diesen Personenkreis geltenden Regelungen wurden in einem **eigenen Dokument** veröffentlicht:

<https://karate-austria.at/de/download/435>

14. Die **allgemeinen Schutzmaßnahmen** gegen das Coronavirus sind **stets** zu beachten:

Häufiges Händewaschen mit Seife oder Desinfektionsmittel.

Abstand halten (mindestens einen Meter) zwischen sich und anderen (ausgenommen während der Sportausübung).

Augen, Nase und Mund nicht berühren.

Beim Husten oder Niesen Mund und Nase mit gebeugtem Ellbogen oder einem Taschentuch bedecken. Taschentuch danach sofort entsorgen.

15. Es wird **dringend empfohlen**, von allen Trainingsteilnehmenden eine **Einverständniserklärung** unterzeichnen zu lassen:

[Einverständniserklärung](#) (Word-Dokument)

Die grau markierten Passagen sind an den Verein anzupassen, die gelb hinterlegten Passagen von den Teilnehmenden auszufüllen.

16. Detaillierte Auskünfte zu sportartübergreifenden Fragen (z. B. Wettkämpfen) finden sich auf der Website von Sport Austria:

<https://www.sportaustria.at/de/schwerpunkte/mitgliederservice/informationen-zum-coronavirus/>

## Anlage 1

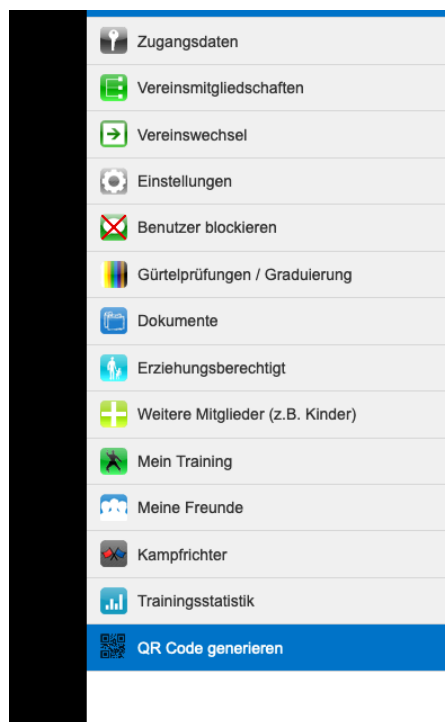
Generieren von QR-Codes in mydojo:

### A) Jeder Benutzer selbst

Unter

[https://mydojo.at/de\\_AT/karate/persoenliche-daten/daten](https://mydojo.at/de_AT/karate/persoenliche-daten/daten)

folgenden Menüpunkt auswählen:



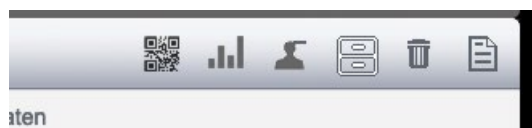
Danach wird die Bilddatei des QR Codes in einem eigenen Fenster geöffnet. Das Bild kann gespeichert und verwendet werden.

## B) Als Verein für Mitglieder

Unter

[https://mydojo.at/de\\_AT/karate/meinverein/alle](https://mydojo.at/de_AT/karate/meinverein/alle)

das betreffende Mitglied auswählen. In der Toolbar oben das Symbol für QR Code anklicken:



Der QR Code des Mitglieds wird ausgegeben.

## C) Für Administratoren

Unter

[https://mydojo.at/de\\_AT/karate/mitgliederverwaltung](https://mydojo.at/de_AT/karate/mitgliederverwaltung)

das betreffende Mitglied auswählen und in der Toolbar oben das Symbol für QR Code anklicken:



Der QR Code des Mitglieds wird ausgegeben.

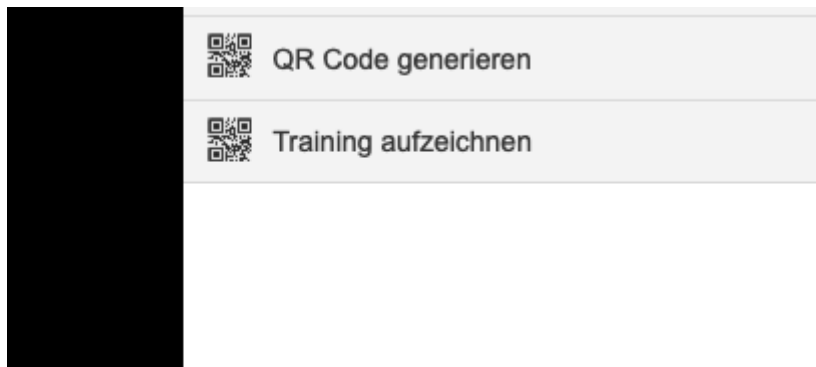
## Anlage 2

Starten des Scan-Vorganges durch den Trainer:

1. Einloggen auf mydojo
2. Im Dashboard "Persönliche Daten" auswählen

[https://mydojo.at/de\\_AT/karate/persoенliche-daten/daten](https://mydojo.at/de_AT/karate/persoенliche-daten/daten)

3. Menüpunkt "Training aufzeichnen" auswählen



Damit wird in der Scan-Anwendung automatisch der eingeloggte Benutzer als Trainer hinterlegt.

Vor dem Starten des Scan-Vorganges sollte noch eine Bezeichnung des Trainings eingegeben werden (Datum und Uhrzeit werden automatisch vom System erfasst, müssen daher nicht bei der Bezeichnung des Training angeführt werden).

Danach können die QR-Codes der Trainingsteilnehmer gescannt werden.

Abschließend auf "Training speichern" klicken.



### Anlage 3

## **Empfehlungen zur Schaffung organisatorischer Rahmenbedingungen im Verein**

- **COVID-19-Ansprechperson** benennen (sollte entsprechend geschult sein, z.B. Ausbildung zum/zur COVID-19-Beauftragten)
- **Kontaktdaten** der örtlich zuständigen **Gesundheitsbehörde** (z.B. BH, Magistrat, Amtsarzt/Amtsärztin) erheben und an die COVID-19-Ansprechperson weitergeben (siehe Anlage 4)
- **Trainingseinheiten**, soweit möglich, **im Freien** abhalten
- **Beginn- und Endzeiten** der Trainingseinheiten, soweit möglich, so planen, dass TeilnehmerInnen unterschiedlicher Einheiten einander **nicht begegnen**
- **Kinder und unmündige Minderjährige** (unter 14 Jahre) während des Aufenthaltes auf der Sportstätte von einer volljährigen Person (ab 18 Jahre) **beaufsichtigen**
- **Handdesinfektionsmittelpender**, falls nicht vorhanden, an allen Ein- und Ausgängen der Sportstätte aufstellen und **Aufforderung zur Handdesinfektion** (siehe Anlage 4) aufhängen
- **Flüssigseife** und **Einweghandtücher**, falls nicht vorhanden, in allen Waschräumen zur Verfügung stellen und **Aufforderung zum Händewaschen** (siehe Anlage 4) aufhängen
- **Flächendesinfektionsmittel** und **Einweghandschuhe**, falls nicht vorhanden, besorgen
- **1-Meter-Mindestabstands-Schilder** (siehe Anlage 4) an allen Eingängen der Sportstätte aufhängen
- **Mund-Nasen-Schutzmasken** (MNS) als Reserve für die TeilnehmerInnen, die ihren vergessen haben, besorgen und **Aufforderung zum Tragen eines MNS in geschlossenen Räumen** (siehe Anlage 4) an allen Eingängen der Sportstätte aufhängen

- **Informationen** (z.B. per E-Mail, WhatsApp) **an alle TeilnehmerInnen** (SportlerInnen bzw. bei Minderjährigen an die Erziehungsberechtigten, BetreuerInnen, TrainerInnen etc.) **schicken:**

[Gesundheitscheckliste](#) (siehe auch Anlage 4)

[Anleitung richtiges Händewaschen](#)

[Anleitung richtige Handdesinfektion](#)

[Anleitung richtige Husten- und Niesetikette](#)

[Hinweis auf die Stopp Corona App](#)

**Verhaltensregeln** auf der Sportstätte:

- wer sich **krank fühlt bzw. Symptome** (siehe Gesundheitscheckliste) aufweist, darf die **Sportstätte nicht betreten bzw. bleibt zu Hause**
  - wer in den **letzten 10 Tagen Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2-Fall** hatte, darf die **Sportstätte nicht betreten bzw. bleibt zu Hause**
  - **eigene** beschriftete und befüllte **Trinkflasche und Handtuch** mitbringen
  - wenn möglich, **bereits umgezogen zum Training** erscheinen und nach dem Training **zu Hause duschen**
  - **Mindestabstand 1 Meter** (Ausnahme ist die eigentliche Sportausübung)
  - **Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes in geschlossenen Räumen** (Ausnahmen: die eigentliche Sportausübung und gegebenenfalls duschen)
  - nach dem Betreten bzw. vor dem Verlassen der Sportstätte entweder Hände waschen oder Hände desinfizieren
  - keine Begrüßungen, Verabschiedungen, etc. mit Körperkontakt (z.B. Handschlag, High Fives)
- **vor** jeder Trainingseinheit **erläutert** der/die TrainerIn den SportlerInnen die **Verhaltensregeln** auf der Sportstätte

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at

- **während** der Trainingseinheit **überwacht** der/die TrainerIn die **Einhaltung** der **Verhaltensregeln**
- bei **Nichtbefolgung** der **Verhaltensregeln** **schließt** der/die TrainerIn den/die SportlerIn **von der Sportausübung aus**
- **Belüftung**: Eine möglichst hohe Außenluftzufuhr ist eine der **wirksamsten Methoden**, eventuell virushaltige Aerosole aus den Innenräumen zu eliminieren. Lüftungsmaßnahmen sind daher **bedeutende Kernelemente** der Vorsorge gegen Infektionen.

Bei Indoor-Sportstätten sind daher folgende Maßnahmen zu setzen:

- Lüften der Sportstätte so **oft und intensiv** wie möglich, wo möglich **Querlüften**
- Lüften der **Garderoben und Duschen/Toiletten** vor und nach jeder Trainingseinheit für mindestens **5 Minuten**
- Bei Vorhandensein einer **mechanischen Lüftungsanlage** ist bei körperlichen Belastung der **Luftwechsel** zu **erhöhen**, wenn möglich auf einen **5-fachen Luftwechsel** pro Stunde oder **höher**.
- **Mechanische Lüftungsanlagen mit Umluftanteil** sind mit einer **zusätzlichen Filterung** (HEPA-Filter) auszustatten.

**Anlage 4**

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at

Bundes-Sport GmbH



**SPORT AUSTRIA**  
BUNDES-SPORTORGANISATION



**KARATE**  
**2020**



Bundesministerium für  
Öffentlichen Dienst  
und Sport



**POLIZEI**  
**SPORT**

## Gesundheitscheckliste

Haben Sie mind. eines dieser Symptome, für das es keine andere plausible Ursache (z.B. Allergie, eine andere bestätigte Diagnose) gibt?

- Fieber
- Husten
- Halsschmerzen
- Kurzatmigkeit
- Plötzlicher Verlust oder starke Veränderung des Geschmacks- oder Geruchssinns
- Durchfall
- Übelkeit oder Erbrechen
- Bauchschmerzen
- Bindehautentzündung/gerötete oder juckende Augen

Wenn Sie eines oder mehrere dieser Symptome, für das es keine andere plausible Ursache (z.B. Allergie, eine andere bestätigte Diagnose) gibt, haben, bleiben Sie zu Hause und kontaktieren Sie Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt oder die telefonisch Gesundheitsberatung 1450.

## Kontaktdaten der zuständigen Gesundheitsbehörde

Name::

---

Telefonnummer:

---

E-Mail:

---

zeitliche Erreichbarkeit:

---

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at

## Piktogramme zum Download (Sport Austria)

[Abstand halten](#)

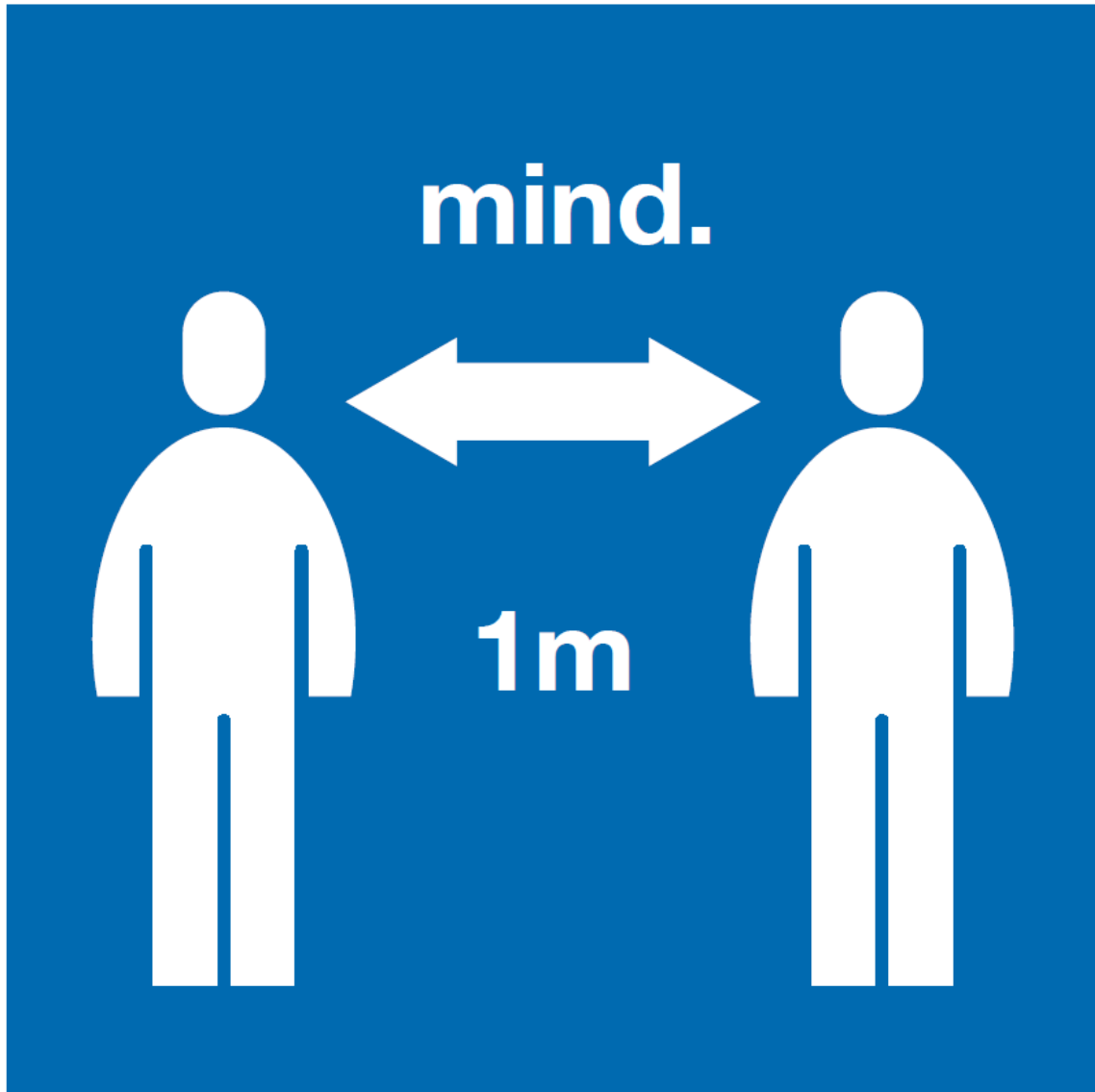
[Hände waschen](#)

[Hände desinfizieren](#)

[Mund-Nasen-Schutz tragen](#)

[Stopp Corona App nutzen](#)

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at



# Abstand halten!

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at





# Mund-Nasen-Schutz in geschlossenen Räumen!

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at



# Hände waschen!

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at



# Hände desinfizieren!

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at



# Nutze die Stopp Corona App

Österreichischer Karatebund – Pulverturmstrasse 5 – 4600 Wels – Telefon +43 650 6292999  
www.karate-austria.at – ZVR 720004573 – IBAN AT61 1500 0002 8177 3440 – office@karate-austria.at