



KARATE IN DEUTSCHLAND  
DEUTSCHER KARATE VERBAND

## DEUTSCHER KARATE VERBAND E.V.

Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund, in der European Karate Federation und in der World Karate Federation  
anerkannt vom International Olympic Committee



# Übergangsregeln im vereinsbasierten Sportbetrieb für die Sportart Karate

DKV Bundesgeschäftsstelle:  
Am Wiesenbusch 15  
45966 Gladbeck  
Tel: 02043 29 88-0  
[www.karate.de](http://www.karate.de)

SPORT  
DEUTSCHLAND.TV



## Vorwort

In den letzten Wochen und Monaten wurden aufgrund der sinkenden Infektionszahlen deutschlandweit die Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie gelockert. Dies wirkte sich auch auf die Ausübung des Vereinssports aus.

Da in den 16 Bundesländern und z.T. sogar in den verschiedenen Städten, Gemeinden und Landkreisen verschiedene Verordnungen und Regelungen vorliegen, lassen sich an dieser Stelle keine einheitlichen Festlegungen definieren.

Der Deutsche Karate Verband kann somit nur allgemeine Empfehlungen aussprechen bzw. eine Vorlage bieten, die dann mit den entsprechenden regionalen Entscheidungsträgern abgeglichen werden muss.

# Sportartspezifische und an die DOSB-Leitplanken angelehnte Übergangs-Regeln des Deutschen Karate Verbandes für Karatesport

## 1. Sportbetrieb

(eigenständige Ausübung der Sportart ohne Anleitung)

Während der letzten Monate, als Trainingsbetrieb in Gruppen noch nicht möglich war, boten zahlreiche Vereine alternativ Online-Trainingsmöglichkeiten an. Auch Teile des DKV-Nationalteams trafen sich regelmäßig zu Kadertrainingseinheiten online bzw. nutzten eigens für das Kader gestaltete Video-Trainingseinheiten für das Heimtraining.

Trainingseinheiten wurden per Video-Livestream, mittels Einstellung von Trainingsvideos auf den Online-Plattformen z.B. Youtube/Vimeo etc. oder als Download durch PDF- Dokumente bereit gestellt.

Trainingsinhalte werden dadurch umfassend mit Anleitung vermittelt, ohne in direktem persönlichen Kontakt zu stehen.

Auch weiterhin sind diese Möglichkeiten eine praktische Ergänzung zum regulären Vereinstraining und sollten auch nach der kompletten Öffnung des vereinsbasierten Sportbetriebes weiterhin genutzt werden.

## 2. Trainingsbetrieb

(unter Anleitung eines Übungsleiters/Trainers)

In den meisten Regionen Deutschlands ist bereits wieder Trainingsbetrieb im Vereinsbereich möglich.

Hier unterscheiden sich die Festlegungen unter anderem:

- Trainingsbetrieb outdoor mit Beschränkung der Teilnehmerzahl
- Trainingsbetrieb outdoor ohne Beschränkung der Teilnehmerzahl
- Trainingsbetrieb indoor mit Beschränkung Teilnehmerzahl oder Beschränkung aufgrund räumlicher Gegebenheiten (z.B. 10 Quadratmeter pro Teilnehmer...)
- Trainingsbetrieb indoor ohne Beschränkung der Teilnehmerzahl

Entsprechend der Festlegungen in den verschiedenen Regionen müssen die inhaltliche und strukturelle Gestaltung des Karate-Trainings im Verein angepasst werden.

Hier sollten sich die Vereine genau informieren und nach den örtlichen Vorgaben richten.

Es wird empfohlen, die genaue Ausgestaltung der Trainingseinheiten (Teilnehmerzahl, ggf. Form des Partnertrainings, Ablauf der Trainingseinheit, Procedere vor und nach dem Training...) den Sportlern bzw. den Erziehungsberechtigten in geeigneter Form zuvor bekannt zu geben.

Somit können alle Beteiligten eine eigene Risikobewertung hinsichtlich einer Teilnahme am Training vornehmen.

Was die Trainingsinhalte/Trainingsformen angeht, gibt es deutschlandweit verschiedene Festlegungen, die im Rahmen des Trainings unbedingt eingehalten werden müssen:

- kontaktloser Sport unter Einhaltung der Mindestabstände (zwischen 1,5m und 2m bis hin zu 4m)
- Kontaktsport unter Einschränkung der Teilnehmerzahl bzw. nur mit eingeschränkter Anzahl an fest gelegten Trainingspartnern
- ggf. uneingeschränkter Kontaktsport (unter Berücksichtigung der freiwilligen Partizipation aller betreffenden Teilnehmer- zusätzliches Anbieten von alternativen Trainingsformen)
- oft werden zudem bei Trainingsinhalten mit erhöhtem Aerosolausstoß (z.B. hochintensives Training HIIT, Ausführung des Kampfschreies Kiai...) weitere Festlegungen getroffen (z.B. Reduktion der Teilnehmerzahl, größere Mindestabstände...)

Grundsätzlich, auch wenn es keine Einschränkungen im Bereich Teilnehmerzahlen und Kontakt gibt, ist es trotzdem empfehlenswert, Kontakte im Training auf das nötigste zu reduzieren, Abstände möglichst groß zu belassen und auf kontaktlose Trainingsformen zurück zu greifen.

Kata, Kihon und auch zahlreiche Übungsformen im Kumite lassen sich ohne weiteres ohne oder mit reduziertem körperlichen Kontakt zu anderen Mittrainierenden durchführen.

### Empfehlungen:

- Abstände und Positionsmarkierungen für die Trainierenden durch Bodenmarkierungen (Pylone, Hütchen, verschieden farbige Matten-Bereiche...) fest legen
- Gruppengrößen weiterhin reduziert halten, somit lassen sich Ablauf und Organisation der Trainingsstunde optimal an die Gegebenheiten anpassen
- Kontakte vermeiden bzw., selbst wenn erlaubt, nur auf das Nötigste reduzieren

- Schwerpunkt Kindertraining: Gruppenspiele jeglicher Art sowie Formen des Aufwärm- Trainings, die einen Mindestabstand von 1,5m bis 2 m nicht garantieren, sollten unterlassen werden.
- Parcours und Übungsformen mit längerer Wartezeit lieber weglassen, da dort der Überblick über die Gruppe weniger gewährleistet wird und die Abstände schwer eingehalten werden können
- Das Training sollte in Sportschuhen abgehalten werden, um hier auch ein Infektionsrisiko zu minimieren
- Alternative zum Kumite-Techniktraining mit dem Partner: Kumite analog zum DKV Sound-Karate Programm> Techniken ohne einen Trainingspartner mit Parcourstangen/Bällen/Pratzen als Ziel
- Idealerweise sollten alle Teilnehmer\*Innen ein Handtuch mitführen

### 3. Allgemeine Hinweise zur Einhaltung der Hygienebestimmungen und Abläufe rund um das Training

Die geltenden behördlichen Hygiene- und Infektionsschutz-vorgaben müssen eingehalten werden.

Diese Vorgaben müssen kommuniziert (Aushang, Homepage, Flyer...) und ein verantwortlicher Ansprechpartner im Verein für den Infektionsschutz bestimmt werden (ggf. spezielle Sensibilisierung der Trainer/Übungsleiter)

Es ist weiterhin grundsätzlich empfehlenswert, dass sich sowenige Personen wie möglich vor, während und nach der Trainingsstunden in und rund um die entsprechenden Räumlichkeiten aufhalten.

Die Anwesenheitszeiten der Mitglieder/Karateschüler sowie der Mitarbeiter/Helfer sind auf ein Mindestmaß zu reduzieren.

Betreten der Trainingsstätte idealerweise erst, wenn die vorherige Gruppe das Gebäude verlassen hat.

Personen mit Erkältungssymptomen oder Symptomen anderen ansteckenden Erkrankungen sind vom sportlichen Training ausgeschlossen und dürfen die Sporthalle/das Dojo nicht betreten.

Um bei eventuellem Verdachtsfall eine schnelle Zuordnung der Personen zu gewährleisten (Infektionskette), ist es sinnvoll, auch weiterhin alle Trainingsteilnehmer in einer Anwesenheitsliste zu erfassen.

Die Öffnung von Sozial/Aufenthaltsräumen sowie einer etwaig vorhandenen Gastronomie richtet sich nach den allgemeinen behördlichen Vorgaben.

Vor der Trainingshalle/dem Dojo ist eine Gruppenbildung (Traube) zu vermeiden und hier der Abstand von 1,5m – 2m einzuhalten

Idealerweise ist eine Reihe zu bilden und nacheinander ein zu treten

Alle Beteiligten waschen/desinfizieren ihre Hände gründlich vor und nach dem Training.

Es müssen ausreichend Möglichkeiten gegeben sein, Hände mit Seife zu waschen bzw. zu desinfizieren. Idealerweise ist zudem das Vorhandensein von Papierhandtüchern.

Es sollte darauf geachtet werden, dass in der Trainingsstätte (Trainingsräume, Umkleiden, Sozialräume...) eine ständige Lüftung/Frischluftezufuhr vorliegt.

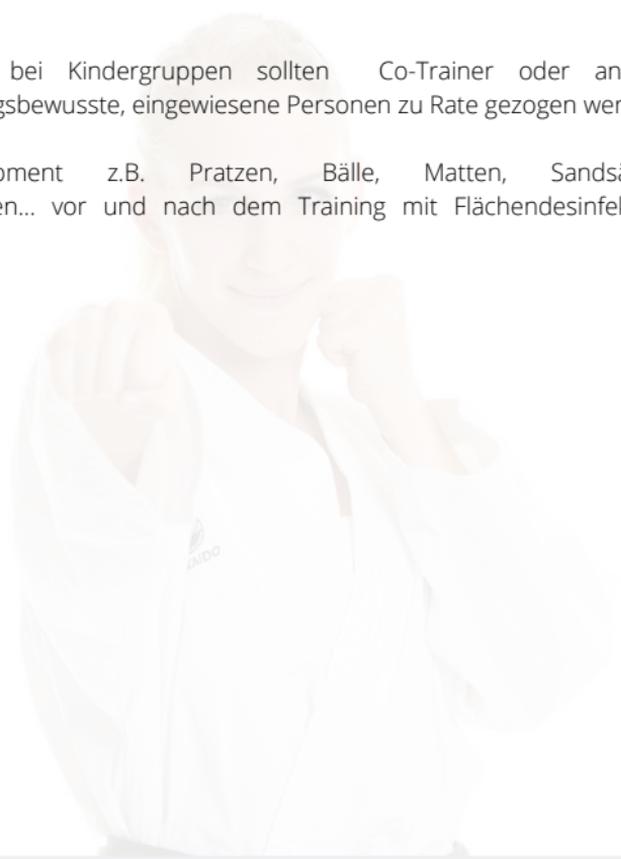
Den Sportlern sollte ermöglicht werden, den Bedingungen entsprechende Kleidung zu tragen. Bei Outdoor-Training neben Karate-Gi auch alternative Sportkleidung ermöglichen.

Weiterhin die Abstandseinhaltung sicherstellen.

Der Organisation des Trainings ist die höchste Aufmerksamkeit zu schenken.

Vor allem bei Kindergruppen sollten Co-Trainer oder andere verantwortungsbewusste, eingewiesene Personen zu Rate gezogen werden.

Trainingsequipment z.B. Pratzten, Bälle, Matten, Sandsäcke, Parcourstangen... vor und nach dem Training mit Flächendesinfektion behandeln.



## 4. Wettkampfbetrieb

Bis nach den Sommerferien 2020 wurde der reguläre Karate-Wettkampfbetrieb eingestellt. Dieser kann erst wieder aufgenommen werden, wenn Körperkontakt auch im Wettkampfbereich wieder erlaubt ist und entsprechende Besucherzahlen bei Sportveranstaltungen genehmigt sind.

Hier hängt auch viel an den weiteren Regelungen bei den Kontaktbeschränkungen und weiteren politischen Entscheidungen zur Durchführung von Großveranstaltungen ab.

Im Rahmen von Karate-Meisterschaften sind eine Vielzahl von Personen involviert. Neben den Athletinnen und Athleten, Betreuern, Kampfrichtern sind Zuschauer, Helfer, Offizielle und viele mehr beteiligt.

In einigen europäischen Nationen wurden bereits erste kleine Karate-Turniere wieder durchgeführt. Ab September sollen auch größere internationale Meisterschaften (Budapest Open, Euro Cup, Croatia Open..) stattfinden.

Hier bleibt zu beobachten, wie sich das Infektionsgeschehen weiter entwickelt und ob sich Karate-Wettkämpfe in gewohnter Weise austragen lassen können.

Auch hier sind die regionalen Regelungen in Deutschland sehr verschieden. Ausrichter von Meisterschaften, sollten im Vorfeld der Veranstaltungen Informationen rund um die Bedingungen und Voraussetzungen für die Durchführung einer solchen Veranstaltung einholen und sicher gehen, dass alle Kriterien erfüllt werden.

Kata-Wettbewerbe, bei welchen kein direkter Kontakt zu anderen Personen erfolgt, lassen sich im ersten Stepp sicher laut der aktuellen vorgegebenen Corona-Maßnahmen als erstes wieder durchführen.

Eine weitere Möglichkeit der Wettkampfbetätigung bieten sogenannte Karate E-Tournaments.

Hier handelt es sich Kata- und Kumite-Wettbewerbe: Bei diesen E-Turnieren laden die Teilnehmer nach bestimmten Spezifikationen aufzunehmende Kata-Videos hoch.

Die Videobeiträge werden auf einer Online-Plattform hochgeladen. Die im System ausgelosten Athletinnen und Athleten treten unter gegeneinander an.

Die Videos werden von lizenzierten Kampfrichtern bewertet und nach mehreren Runden die Sieger gekürt.

Hier besteht die Möglichkeit anstatt Zweikampf gegeneinander im Nachwuchsbereich Kata und Kumite am Ball (Teilnehmer führen unter technischer Bewertung der Kampfrichter Karate-Technik an ein feststehendes Ziel aus) zu praktizieren.

## 5. Personenkreis der zur Beratung für die Erarbeitung der Voraussetzungen für den Wiedereinstieg in den vereinsbasierten Sportbetrieb für die Sportart Karate mit einbezogen wurde:

- DKV Sportdirektor,
- DKV Bundeslehrreferent,
- Medizinische Kommission des DKV-
- Vertreterinnen und Vertreter der Karate-Landesverbände

## 6.Schlussworte:

Der Deutsche Karate Verband wird alle staatlich angeordneten Maßnahmen umgehend und ohne Ausnahmen befolgen.

Für den DKV ist es weiterhin existentiell, dass seine Vereine, die ihnen zugewiesenen Hallen und Sporthallen für ihren Trainingsbetrieb nutzen können.

Wichtig ist vor allem, dass die Dojos nach den Sommerferien wieder mit der Durchführung von Anfängerlehrgängen starten zu können.