

Schutzkonzept zur Durchführung Fitness- und Outdoor Training während der Corona-Pandemie

1 Ausgangslage

Der Bundesrat hat deshalb beschlossen, die am 11. und 18. Dezember 2020 beschlossenen nationalen Massnahmen um weitere fünf Wochen, d.h. bis am 28. Februar 2021, zu verlängern.

Zudem hat der Bundesrat neue Massnahmen beschlossen, um die Kontakte drastisch zu reduzieren. Diese neuen Massnahmen treten am 18. Januar im 00.00 Uhr in Kraft und gelten bis zum 28. Februar 2021. Dazu gehören die Verpflichtung zu Home-Office, die Schliessung von Läden, die weitere Einschränkung von Menschenansammlungen und privaten Veranstaltungen, der erhöhte Schutz besonders gefährdeter Personen sowie weitergehende Massnahmen am Arbeitsplatz.

2 Ziele Activcoaching

Mit dem vorliegenden Konzept soll aufgezeigt werden, wie im Rahmen der nach wie vor geltenden, übergeordneten Schutzmassnahmen organisierte Sportaktivitäten wieder stattfinden können. Ziel ist es, den Sportlerinnen und Sportlern die Ausübung ihres Sportes zu ermöglichen, ohne dabei unnötige Risiken einzugehen.

Folgende Ziele möchte Activcoaching erreichen:

- Unsere Empfehlungen und unser Handeln entsprechen den behördlichen Anforderungen.
- Es gibt einfache Regeln, klare Empfehlungen und günstige Lösungen für individuell Sporttreibende

Unsere Botschaft an die Öffentlichkeit ist klar: „Wir sind und bleiben solidarisch, wir halten uns strikt an die Vorgaben und wir wollen keine Sonderregelung.“

Das vorbildliche Verhalten aller Sportlerinnen und Sportler dient dem Outdoor Sport.

Activcoaching zählt auf die Solidarität und Selbstverantwortung aller Beteiligten!

3 Risikobeurteilung und Triage

a. Krankheitssymptome

Activcoaching macht alle Kunden vorgängig darauf aufmerksam, dass Personen mit Krankheitssymptomen nicht an den Sportaktivitäten teilnehmen dürfen.

Alle Personen mit Krankheitssymptomen (Leitende und Teilnehmende) bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Sie rufen ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen. Die betroffene Trainingsgruppe wird umgehend informiert.

4 Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

Die Anreise zum Trainingsort erfolgt bevorzugt einzeln zu Fuss, mit dem Velo oder dem Privatauto. Es wird empfohlen, wo immer möglich auf die Nutzung des öffentlichen Verkehrs zu verzichten. Sportaktivitäten finden bevorzugt in der unmittelbaren Umgebung des Clubstandorts bzw. der Sportanlage und ohne Transportfahrten statt.

5 Infrastruktur

a. Platzverhältnisse/Trainingsortverhältnisse

Outdoor Sport finden in Gruppen von maximal fünf Personen statt. Bei Aktivitäten mit einer Leitungsperson zählt diese zur Gruppe. Die maximale Gruppengrösse kann im Falle neuer Vorgaben des Bundesrats angepasst werden.

Der Durchführungsort für die Aktivität wird so gewählt, dass die Einhaltung des Mindestabstands von zwei Metern jederzeit gewährleistet ist. Pro Person müssen jederzeit mindestens 10m² zur Verfügung stehen. Können diese Regeln nicht eingehalten werden, findet kein Training statt.

Die auf der Sportanlage verbrachte Zeit wird minimiert. Die Teilnehmenden erscheinen erst zur vereinbarten Startzeit auf der Anlage und verlassen sie nach Ende der Aktivität umgehend.

6 Trainingsformen, -inhalte und -organisation

a. Einhalten der übergeordneten Grundsätze in adäquaten oder angepassten Trainings- bzw. Übungsformen

Es gelten folgende allgemeine Grundsätze für die inhaltliche Planung der vorgesehenen Aktivitäten:

- Gruppentraining

Die Einhaltung der Abstandsregeln wird durch folgende sportartspezifische Regeln unterstützt:

- Trainingsformen mit Körperkontakt sind zu unterlassen („Fangis“ spielen)
- Trainingsformen mit Kontakt zu Gegenständen o.ä., die von allen Teilnehmenden berührt werden sind zu unterlassen.

b. Material

Während der Aktivität findet kein Austausch/Wechsel von Material oder anderen Gegenständen statt.

Können diese Bestimmungen nicht einwandfrei eingehalten werden, dürfen keine Outdoor Trainings stattfinden.

c. Risiko/Unfallverhalten

Grundsätzlich finden nur organisierte Outdoor Training statt, deren Schwierigkeit von allen Teilnehmenden unter den herrschenden Bedingungen (Wetter, persönliches Befinden) problemlos gemeistert werden kann. Der Fokus liegt klar auf Technik, Kondition und persönlichem Wohlbefinden und nicht darauf, neue Schwierigkeiten zu meistern oder unnötige Risiken einzugehen.

Folgende konkrete Hinweise sind zu beachten:

- Keine Aktivitäten bei unsicheren Wetterverhältnissen (Unwetter, Starkwind).

d. Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden

Alle Personen, die an einer Aktivität teilnehmen (Leitende und Teilnehmende) müssen schriftlich festgehalten werden. Die Liste kann auch elektronisch geführt werden, der Zugang muss Activcoaching und die Leitenden/verantwortlichen Personen jederzeit gewährt sein.

Folgende Daten müssen auf der Liste ersichtlich sein:

- Datum, Zeit und Ort der Sportaktivität
- Vorname, Name, Adresse, Telefonnummer und E-Mail aller beteiligten Personen

7 Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

a. Überwachung, Commitment und Rollenklärung

Activcoaching spricht mit diesem Schutzkonzept Empfehlungen aus, wie das Outdoor Training unter Einhaltung der übergeordneten Schutzmassnahmen des Bundes und mit einem möglichst kleinen Ansteckungsrisiko für alle Beteiligten ausgeführt werden können. Die Verantwortlichkeiten für die Umsetzung der Empfehlungen sind wie folgt geregelt:

1. Gesamtverantwortung über die Einhaltung/Bekanntmachung des Schutzkonzepts in der Organisation (Verein, Sportanlage, etc.):
2. Einhaltung der Schutzmassnahmen während einer **Gruppenaktivität**:
Leitungsperson. Bei informellen Gruppen (z.B. fünf befreundete Erwachsene) muss die verantwortliche Person vor Beginn der Aktivität definiert werden.
3. Einhaltung der Schutzmassnahmen während dem **individuellen Sporttreiben**: Jede Sportlerin, jeder Sportler selber.

Vereinen/Organisationen wird empfohlen, ein schriftliches Commitment der Teilnehmenden einzuholen, in dem sie sich verpflichten, die Schutzmassnahmen gemäss dem Schutzkonzept jederzeit strikt einzuhalten.

Jede Sportlerin und jeder Sportler ist zu selbstverantwortlichem Handeln verpflichtet und hält sich solidarisch an das Schutzkonzept.

8 Kommunikation des Schutzkonzeptes

Activcoaching stellt dieses Schutzkonzept inkl. den wichtigsten BAG-Kommunikationsmitteln (Plakate) folgenden Personen persönlich via E-Mail zu:

- Trainerinnen und Trainern

Zusätzliche Kommunikationsmassnahmen:

- sondern Information an alle Teilnehmer

Anhang: Liste mit Personendaten zur Nachverfolgung von Corona-Infektionen

Organisation

Name:

Kontakt (COVID-19 Beauftragte/r):

Aktivität

	1. Aktivität
Datum	
Zeit	
Ort	
Verantwortliche Person	

Teilnehmende

Name	Vorname	Adresse	PLZ	Ort	E-Mail	Telefon