

COVID-19 SCHUTZMASSNAHMEN IM TURNSPORT Bereich Spitzensport (TRAININGSBETRIEB)

Version 3.0 / Verfasser Felix Stingelin
22.06.2020



1 Allgemeines

1.1 Ausgangslage

Ab dem 22. Juni 2020 erfolgt die vierte Etappe der Massnahmenlockerung während der COVID-19-Epidemie. Dabei wird das Versammlungsverbot im öffentlichen Raum unter konsequenter Umsetzung der Distanz- und Hygieneregeln und unter Rückverfolgbarkeit von engen Kontakten (Contact Tracing) gelockert.

Die weiteren Öffnungsschritte für Trainings- und Bewegungsaktivitäten von Sportorganisationen ermöglichen unter Einhaltung der gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit eine Erweiterung der Sportaktivitäten.

Das vorliegende Konzept basiert auf den neuen Rahmenvorgaben für Schutzkonzepte im Sport von BASPO/Swiss Olympic und zeigt auf, wie im Rahmen der geltenden, übergeordneten Schutzmassnahmen ein Training im Turnsport (Bereich Spitzensport) stattfinden kann.

Auf Basis des vorliegenden Schutzkonzeptes muss von den Trägerschaften der Nachwuchsförderung (RLZ/KTZ) und Vereinen ein individuelles Konzept erstellt werden, welches mit den Schutzkonzepten der Betreiber der Sportanlagen abgeglichen werden muss. Das individuelle Konzept muss nicht von einer Behörde genehmigt werden. Die zuständigen Behörden können jedoch eine Sportaktivität verbieten oder eine Anlage schliessen, wenn kein oder ein nicht ausreichendes Schutzkonzept vorliegt.

1.2 Zielsetzungen

Ziel ist es, die schrittweise Normalisierung der Bewegungs- und Trainingsaktivitäten im Turnsport umzusetzen, und die gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) einzuhalten.

Die Verantwortung zur Umsetzung der Schutzmassnahmen liegen bei den einzelnen Organisationen, Vorstand, J+S-Coaches, Leiter sowie sowie den Athletinnen und Athleten.

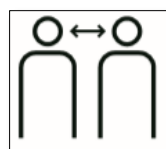
2 Übergeordnete Grundsätze im Sport

Die vorliegenden Schutzmassnahmen basieren auf den allgemeinen Grundsätzen zur Verhinderung der Weiterverbreitung des Coronavirus. Diese Grundsätze sind:

- A** Symptomfrei ins Training
- B** Distanz halten (wenn immer möglich 1.5 m Abstand)
- C** Einhaltung der Hygieneregeln des BAG
- D** Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
- E** Bezeichnung verantwortlicher Personen, Einhaltung Schutzkonzept des Vereins



A



B



C



D



E

Die im Dokument verwendeten männlichen Formen gelten immer auch für weibliche Personen.

3 Erläuterungen

A | Symptomfrei ins Training

Turner, Leiter und Trainer mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Sie rufen ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen. Die Trainingsgruppe ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.

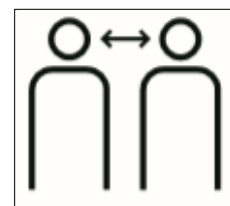


B | Distanz halten

An- und Abreise zum Trainingsort

Bei der Anreise ist nach Möglichkeit auf die Verwendung von öffentlichen Verkehrsmitteln zu verzichten. Nach Möglichkeit soll die Anreise zum Trainingsort mit individuellen Transportmitteln (Auto, Velo, Motorrad, ...) oder zu Fuss erfolgen.

Um die Abstandsregeln von 1.5 m einhalten zu können ist auf Fahrgemeinschaften, wenn möglich, zu verzichten.



Zugänglichkeit zur Trainingsinfrastruktur

- In der Trainingsinfrastruktur halten sich grundsätzlich nur die für den Betrieb notwendigen Personen auf. Während der Trainingszeiten haben die folgenden Personen Zugang zur Trainingshalle (= Gebäudekomplex) Trainer, Athleten, Funktionäre, medizinisches Personal, Reinigungspersonal und Lieferanten.
- Begleitperson und Ausstehende (Eltern, Freunde, ...) haben **nur sofern nötig** Zutritt.

Maximale Anzahl Personen

Die Einhaltung der Distanzregelung und muss sowohl in der Trainingshalle als auch in einem separaten Kraft- oder Tanzraum (oder ähnlichem) zwingend eingehalten werden.

Die maximale Anzahl an Personen darf dabei 1000 nicht überschreiten.

Trainingsbetrieb

Organisation:

- Die Athleten und Trainer erscheinen in der Regel unmittelbar (ca. 10 Minuten) vor dem Trainingsstart in der Trainingshalle.
- Nach Abschluss ihrer Trainingseinheit müssen die Athleten und Trainer, sofern nicht in der nachfolgenden Trainingseinheit eingeplant, so schnell wie möglich die Trainingsinfrastruktur verlassen.
- Um ein direktes Aufeinandertreffen von verschiedenen Trainingsgruppen zu vermeiden, wird empfohlen zwischen den einzelnen Trainingsblöcken eine Karenzzeit von 15 Minuten vorzusehen.

Sichern und Helfen:

Im Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt wieder in allen Sportarten zulässig. Dies gilt auch für Sportaktivitäten, in denen ein dauernder enger Körperkontakt erforderlich ist.

Als enger Kontakt gilt dabei die längerdauernde (>15 Minuten) oder wiederholte Unterschreitung einer Distanz von 1.5 Metern ohne Schutzmassnahmen.

Sichern und Helfen am Gerät (Trainer unterschreitet die Distanz von 1.5 m zum Athleten) ist somit erlaubt.

Trainingsgruppen:

Es gibt keine Vorgaben zur maximalen Grösse der einzelnen Trainingsgruppen. Die Zusammensetzung der Trainingsgruppen soll über die Zeit möglichst beständig bleiben.



Es gibt keine Vorgaben zur maximalen Anzahl an Trainingsgruppen pro Trainingseinheit. Es wird aber – in Abhängigkeit von der Grösse der Trainingshalle – empfohlen die maximale Anzahl an Trainingsgruppen so zu wählen, dass stets eine räumliche Distanz zwischen den einzelnen Gruppen gewahrt bleibt.

Trainingsinhalte:

Nachdem die Athleten, bedingt durch den Lockdown, mehreren Wochen nicht sportartspezifisch trainiert haben, ist ab dem 11. Mai 2020 ein langsamer, kontinuierlicher Wiederaufbau zu planen.

Phase 1 (ca. Woche 1 – 3):

- Leichte Belastung, geringe Trainingsumfänge (ca. 50 %)
- Max. 1 Trainingseinheit pro Tag
- Grundschrultraining an den Geräten zur Wiederangewöhnung
- Kraftaufbau

Phase 2 (ca. Woche 4 – 5):

- Langsame, vorsichtige Steigerung der Intensität und Trainingsumfänge (ca. 75 %)
- Langsames angehen von schwierigeren Elementen und Kombinationen

Phase 3 (ca. ab Woche 5)

- Rückkehr (soweit möglich) zur normalen Trainingsbelastung und -intensität

Die genaue Ausgestaltung des Aufbauprogramms müssen die Trainer **individuell** auf ihre Athleten abstimmen.

C | Hygieneregeln

Persönliche Hygiene

Vor dem Training:

- Beim Eintritt müssen sich alle Personen die Hände desinfizieren oder gründlich waschen.



Während des Trainings:

- Um Verunreinigungen/Kontaminierungen von Turngeräten zu vermeiden, wird empfohlen im Wettkampfdress, T-Shirt oder Funktionsshirt zu trainieren.
- Sofern während der Trainingseinheit im Rotationsprinzip gearbeitet wird, wird das regelmässige Desinfizieren der Hände oder gründliches Händewaschen bei jedem Gerätewechsel empfohlen.

Nach dem Training:

- Beim Austritt müssen sich alle Personen die Hände desinfizieren oder gründlich waschen.

Geräte

Turngeräte

Eine Reinigung/Desinfektion der Sportgeräte im Kunstturnen ist aufgrund ihrer Beschaffenheit und sicherheitstechnischen Gründen (Präparation mit Magnesia) grösstenteils nicht möglich.

Es ist empfohlen die Geräteumrandungen des Trampolins, die Sicherheits- und Schiebematten regelmässig mit Desinfektionsmittel zu Reinigen.

Handgeräte RG

Die Gymnastinnen verwenden nach Möglichkeit ihre persönlichen Handgeräte und reinigen diese regelmässig.

Gemeinschaftlich genutzte Handgeräte sind nach jeder Trainingseinheit mit Desinfektionsmittel zu reinigen.

Kraftgeräte und Kleingeräte

Im Athletik-/Krafttraining sind wo immer möglich die eigenen Geräte (Gymnastikbänder, Handstandklötze, ...) zu verwenden. Diese sind von den Athleten regelmässig zu reinigen.

Hanteln und Kraftgeräte (und ähnliches) sind nach der Verwendung durch den jeweiligen Athleten mit Desinfektionsmittel zu reinigen.

Infrastruktur

Die Reinigung (der Sportstätte) erfolgt in Absprache mit den Sportanlagenbetreibern.

Neben der üblichen Reinigung der Sportstätte sind

- die Türklinken regelmässig zu desinfizieren.
- die WCs und Duschen täglich zu reinigen.

D | Protokollierung der Teilnehmenden

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führt der Verein für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten. Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem/der «Corona-Beauftragten» in vereinbarter Form zur Verfügung steht.



E | Bezeichnung verantwortlicher Personen, Einhaltung Schutzkonzept

Jede/r Trägerschaft/Verein bestimmt einen «**Corona-Beauftragten**» und kommuniziert seine Kontaktdaten.



Corona-Beauftragter:

- Hat die Verantwortung für die Umsetzung und Einhaltung des Schutzkonzepts.
- Informiert die betroffenen Personen (Funktionäre, Trainer, Athleten, Eltern, ...) über die getroffenen Massnahmen und definierten Abläufe.
- Ist die Ansprechperson gegen innen und aussen.
- Stellt sicher, dass Im Eingangsbereich sowie an weiteren Orten im Gebäude die Verhaltensregeln von Swiss Olympic (Plakat) aufgehängt werden.

Trainer:

- Unterstützen den «Corona Beauftragten» und planen die Trainings unter Einhaltung der fünf Punkte A – E.

Alle:

- Halten sich an die geltenden Verhaltens- und Hygieneregeln.
- Desinfektion oder gründliches Waschen der Hände beim Zutritt sowie beim Verlassen der Trainingsinfrastruktur.
- Zeigen sich solidarisch und halten die Regeln des Schutzkonzepts mit hoher Eigenverantwortung ein.

4 Kommunikation des Schutzkonzeptes

Der Schweizerische Turnverband kommuniziert das Schutzkonzept in schriftlicher Form gegenüber seinen Mitgliederverbänden, Vereinen und Funktionären. Dabei erfolgt die primäre Kommunikation per E-Mail und umfasst folgende Verteiler:

- Präsidien der Mitgliederverbände und Vereine
- Infoverantwortliche der Mitgliederverbände
- Sekretariate der Mitgliederverbände
- Trägerschaften der verschiedenen Sportarten
- Trägerschaften der Nachwuchsförderung
- Funktionäre und Ressort-/Fachgruppenmitglieder des STV
- Leiterinnen und Leiter / J+S-Coaches

Das Konzept wird zudem auf folgenden Kanälen publiziert:

- Website STV
- Info-Post auf den sozialen Medien (Facebook / Twitter) mit Verlinkung zur Website
- Vereinsversand (Informationsbrief / E-Mail an die Vereinspräsidenten)

Die Mitgliederverbände informieren die Vereine in ihrem Verbandsgebiet über das Schutzkonzept. Die Vereinsführungen kommunizieren das Schutzkonzept bzw. wie dieses bei ihnen umgesetzt gegenüber ihren Funktionären, Leiterinnen und Leiter, Turnerinnen und Turner sowie Eltern.