



COVID-19 SCHUTZMASSNAHMEN des Turnvereins Hombrechtikon Bereich Breitensport und Leichtathletik

Version 1.0 / Verfasser TV Hombrechtikon / 05.05.2020

Unterschrift Präsident TV Hombrechtikon _____

Datum: _____

Basierend auf:

COVID-19 SCHUTZMASSNAHMEN IM TURNSPORT - Bereich Breitensport Version 1.1 / Verfasser Olivier Bur und Jérôme Hübscher / 30.04.2020

und

Schutzkonzept Leichtathletik (zürich athletics) Stand 01.05.2020

1 Allgemeines

1.1 Ausgangslage

Im Rahmen der Beschlüsse des Bundesrates vom 16. April 2020 hat das Departement für Verteidigung, Bevölkerungsschutz und Sport (VBS) den Auftrag erhalten, ein Konzept zur Lockerung der Massnahmen im Bereich des Sports zu erarbeiten. Das vorliegende Konzept basiert auf den Rahmenvorgaben für Schutzkonzepte im Sport des Fachgremium BASPO/Swiss Olympic und zeigt auf, wie im Rahmen der geltenden, übergeordneten Schutzmassnahmen ein Training im Turnsport (Bereich Breitensport) wieder stattfinden kann.

Vereine welche Sportarten ausüben, welche nicht zu den Turnsportarten gehören, müssen auch die Schutzkonzepte der jeweiligen Fachverbände beachten. (Bsp. Volleyball, Unihockey, Handball etc.).

Auf Basis des vorliegenden Schutzkonzeptes muss von jedem Verein 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.

Das Basiskonzept des Schweizerischen Turnverbands wird in diesem Konzept mit schwarzer Farbe dargestellt. Spezifische Ergänzungen für den Turnsport in Hombrechtikon werden mit roter Farbe dargestellt.

1.2 Zielsetzungen

Ziel ist es, die schrittweise Wiederaufnahme 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 den Turnerinnen und Turner.

1.3 Übergeordnete Grundsätze

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

- Einhaltung der Hygieneregeln des BAG
- Social-Distancing (2m Mindestabstand zwischen allen Personen; 10m² pro Person; kein Körperkontakt)
- Maximale Gruppengrösse von fünf Personen gemäß aktueller behördlicher Vorgabe. Wenn möglich gleiche Gruppenzusammensetzung und Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
- Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben des BAG beachten.

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

2 Risikobeurteilung und Triage

2.1 Krankheitssymptome

a. Krankheitssymptome

Turnerinnen und Turner, sowie Leiterinnen und Leiter 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 **Riegenleiter** ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.

Der Riegenleiter informiert bei umgehend den Vereinspräsidenten oder den Hauptleiter des Vereins. Die Vereinsleitung entscheidet zusammen mit dem Riegenleiter über das weitere Vorgehen. Die Trainingsgruppe wird entsprechend informiert.

b. Risikogruppen

Personen, welche gemäss Weisungen des BAG zu Risikogruppen gehören (>65-jährig oder mit bestimmten Vorerkrankungen), haben bis auf weiteres keinen Zugang zur Trainingsbetrieb.

Speziell betroffen sind Seniorengruppen und teilweise Männer- und Frauenriegen. Schutzkonzept Breitensport COVID 19, jh/ob 2 von 6

3 Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

3.1 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 2m einhalten zu können ist auf Fahrgemeinschaften zu verzichten.

4 Infrastruktur

4.1 Platzverhältnisse/Trainingsortverhältnisse

Die maximale Anzahl Personen, die sich an einem Trainingsort (=Trainingsfläche) aufhalten dürfen, richtet sich nach der zur Verfügung stehenden Grundfläche. Der minimale Platzbedarf von 10m² pro Person muss eingehalten werden. **Die Vorgaben sind auch bei allfälligem Geräteauf- und abbau einzuhalten.**

4.1.1. Platzverhältnisse in Hombrechtikon

In Hombrechtikon sind nur Einfachturnhallen vorhanden. Die Hallengrösse ca. 11m x 22m entspricht einer Fläche von ca. 242m² = 24 Personen. Um die Regeln des Social Distancing einzuhalten sind bei Trainings maximal 4 Trainingsgruppen gleichzeitig zugelassen. Je nach Trainingsform muss die Maximalzahl auch reduziert werden. Der Riegenleiter teilt die Anzahl zugelassener Gruppen pro Training dem Vereinspräsidenten mit (siehe Punkt 5.6 Trainingsaufnahme)

Aussenanlage im Eichberg. Die Platzgrösse ca. 30x40m entspricht einer Fläche von 1200m² = 120 Personen. Um die Regeln des Social Distancing einzuhalten sind bei Trainings maximal 6 Trainingsgruppen gleichzeitig zugelassen.

Trainings können auch ausserhalb des Schulareals durchgeführt werden. Die Regeln des Social Distancing, Gruppengrösse etc. sind auch dort einzuhalten.

4.2 Umkleide/Dusche/Toiletten

Die Umkleieräume und Duschen bleiben geschlossen. Alle am Trainingsbetrieb beteiligten Personen erscheinen in adäquater Sportkleidung zum Training.

Die Toiletten stehen den anwesenden Personen zur Verfügung unter Einhaltung der Hygiene Vorschriften des BAG.

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

Neben der üblichen Reinigung der Sportstätte sind

- die Türklinken 2x täglich zu desinfizieren.
- die WCs sind täglich zu reinigen.

4.3 Getränke-/Snack-Automaten (sofern vorhanden) sind täglich zu reinigen Verpflegung (z. B. Café in Sportanlagen, Automaten etc.)

Hier gelten die Vorgaben des Bundes für Gastronomiebetriebe.

Die Sportanlagen der Turnvereine in der Schweiz verfügen nicht über Cafés oder Restaurants.

Für die Anlagen in Hombrechtikon ist dieser Punkt nicht relevant, da keine Verpflegungsmöglichkeiten vorhanden.

Getränke müssen vom Trainingsteilnehmer von zu Hause selbst mitgebracht werden. Jeder trinkt aus seiner eigenen Flasche.

4.4 Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur

Grundsatz:

- Wer sich krank fühlt, bzw. Symptome wie Fieber und Husten aufweist, hat keinen Zutritt bzw. erscheint nicht zum Training.
- Personen, welche gemäss Weisungen des BAG zu Risikogruppen gehören (>65-jährig oder mit bestimmten Vorerkrankungen) haben während des Trainingsbetriebs keinen Zutritt zur Trainingsinfrastruktur.
- Wir appellieren an die Solidarität und Eigenverantwortung der involvierten Personen. (siehe Kap. 1).
- **Alle Athleten die am Training teilnehmen unterschreiben das MERKBLATT Schutzmassnahmen COVID-19 Turnsport, bei Minderjährigen zusätzlich deren Eltern. Das Merkblatt ist unterschrieben dem Trainingsleiter vor dem ersten Training abzugeben. Ohne unterschriebenes Merkblatt keine Mitwirkung im Training.**

Zutrittsbeschränkungen:

- In der Trainingsinfrastruktur halten sich nur die für den Turnbetrieb notwendigen Personen auf. Während der Trainingszeiten haben nur die folgenden Personen Zugang zur Trainingshalle (= Gebäudekomplex) Leiterinnen und Leiter, Turnerinnen und Turner, Funktionäre, Reinigungspersonal und Lieferanten.
- Begleitperson und Ausstehende (Eltern, Freunde, ...) haben **keinen** Zutritt.

Organisation:

Beim Wechsel zwischen Trainingsgruppen warten die Personen der nachfolgenden Trainingsgruppe in der Regel vor der Infrastruktur in einem definierten Warteraum unter Einhaltung der Distanzregeln von 2m, bis die vorhergehende Gruppe das Gebäude verlassen hat.

Sollte die Infrastruktur über genügend grosse Innenräume/Vorräume verfügen, kann der Warteraum auch im Gebäudeinnern vorgesehen werden. Die entsprechenden Warteräume sind zu kennzeichnen.

Ein direkter Kontakt zwischen den verschiedenen Gruppen ist zu vermeiden.

Allenfalls ist beim Einlass eine Art Schleuse vorzusehen, welche alle Personen einzeln durchschreiten müssen. Vor der Schleuse sind zusätzlich Abstandsmarkierungen anzubringen.

Beim Eintritt müssen sich alle Personen die Hände desinfizieren **oder gründliche waschen gemäss BAG Richtlinien**. Die Betreiber und die Benützer der Infrastruktur stellen sicher, dass entsprechendes Desinfektionsmaterial vorhanden ist.

Eine verantwortliche Person ist zu bestimmen (z.B. Vorstandsmitglied, J+S Coach, Leiter/innen etc.), welche den Ablauf kontrolliert und jede Person zu seinem aktuellen Gesundheitszustand befragt. **(siehe Punkt 5.5)**

Nach Abschluss ihrer Trainingseinheit müssen die Turnerinnen und Turner sowie Leiterinnen und Leiter, sofern nicht in der nachfolgenden Trainingseinheit eingeplant, die Trainingsinfrastruktur so schnell wie möglich verlassen.

Zwischen den einzelnen Trainingsblöcken muss eine Karenzzeit von mindestens 15 Minuten vorgesehen werden, um ein direktes Aufeinandertreffen von verschiedenen Trainingsgruppen zu vermeiden.

Information:

Im Eingangsbereich sowie an weiteren Orten im Gebäude ist das BAG-Plakat «So schützen wir uns» aufzuhängen (Download: Homepage BAG).

4.5 Verteilung von mehreren Gruppen in größeren Sportanlagen

Innerhalb der gleichen Trainingszeit dürfen mehrere Trainingsgruppen gleichzeitig in der Trainingsinfrastruktur trainieren, sofern sich bezogen auf die Grundfläche der Räumlichkeiten der minimale Platzbedarf von 10m² pro Person eingehalten wird.

Der Kontakt zwischen den einzelnen Trainingsgruppen ist durch eine geeignete Rotationsplanung zu verhindern (z.B. eine Gruppe am Reck und eine Gruppe am Boden, oder am Weitsprung und Wurftraining etc.).

Innerhalb der Trainingsgruppe **muss zwischen den Personen immer ein Abstand von 2m eingehalten werden.**

4.6 Sportanlagen mit mehreren Nutzergruppen

Sollte die Sportanlage mehrere verschiedene Nutzergruppen haben, so muss die Einhaltung und Umsetzung der Schutzkonzepte übergeordnet koordiniert werden.

5 Trainingsformen, -spiele und -organisation

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

Allgemeines/Grundsätzliches:

Die Turnerinnen und Turner trainieren grundsätzlich individuell. In der ersten Phase sind keine Formations- und Gruppentrainings erlaubt. Der Fokus liegt auf folgende Aktivitäten:

Basistraining wie,

- Kraft
- Ausdauer
- Beweglichkeit
- Koordination
- Sportartspezifische Inhalte

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

Trainingsorganisation

Nachdem die Turnerinnen und Turner, bedingt durch den Lockdown, seit mehreren Wochen nicht trainiert haben, ist ein langsamer, kontinuierlicher Wiederaufbau zu planen.

5-Punkte Plan

- a. Es ist in Gruppen von max. 5 Personen zu trainieren, die Leiterinnen und Leiter werden mitgezählt.
- b. Es dürfen auch mehrere Gruppen in einer Halle gleichzeitig trainieren, unter Einhaltung des Punkt. 1.3 und 4.1 (siehe oben).
- c. Es wird empfohlen in Stationen-Training mit Rotationsprinzip zu arbeiten.
- d. Während einer Trainingseinheit darf die Zusammensetzung einer Trainingsgruppe nicht verändert werden.
- e. Die Zusammensetzung der Trainingsgruppen soll über die Zeit möglichst konstant und unverändert bleiben.

Hilfestellung im Geräteturnen

Im Geräteturnen kommt es im Training grundsätzlich zu keinem Körperkontakt zwischen den Turnerinnen und Turnern. Wenn möglich ist in der Aufbauphase auf eine direkte Hilfestellung durch den Trainer zu verzichten. Aus Sicherheitsgründen müssen Leiterinnen und Leiter die Turnerinnen und Turner speziell in der Aufbau- und Lernphase Hilfestellung geben.

Bei Gefahr für die Turnerinnen und Turner müssen sie eingreifen, um Stürze vom oder auf das Gerät zu verhindern. Das kann durch Halten/Abfangen oder durch Schieben von Schonern und/oder Matten erfolgen.

Die Leiterinnen und Leiter sollen hauptsächlich verbale Korrekturen vornehmen und nur bei Gefahr für die Turnerinnen und Turner aktiv eingreifen.

Die Leiterinnen und Leiter, welche Hilfestellung geben müssen, sind verpflichtet eine Schutzmaske und Handschuhe zu tragen.

Priorisierung

Die Wiederaufnahme des Trainingsbetrieb soll schrittweise erfolgen, gestützt auf genehmigten Lockerungen vom Bundesrat:

Von leichter Belastung mit geringen Trainingsumfänge bis hin zu normal Belastung und den üblichen Trainingsumfängen in der jeweiligen Sportart.

Bekleidung

Um Verunreinigungen/Kontaminierungen von Turngeräten zu vermeiden, ist auf das Trainieren mit freiem Oberkörper zu verzichten.

5.3 Material

Handgeräte, Bälle und Hilfsmittel,

- *Kugeln, Speere, Diskus, Medizinbälle, Balanciergeräte, Terabänder, Springseile und anderes gemeinsam genutztes Trainingsmaterial.*
- Wo immer möglich sind die eigenen Geräte zu verwenden.
- *Um die Gefahr von Verwechslungen weiter zu minimieren Geräte mit Farb- bzw. Musterklebern zu versehen.*
- Falls nicht möglich sind die Geräte nach der Verwendung durch die jeweiligen Turnerinnen und Turner mit Desinfektionsmittel zu reinigen.
- *Um die Gefahr von Verwechslungen weiter zu minimieren Geräte mit Farb- bzw. Musterklebern zu versehen.*
- *Zum Schluss des Trainings müssen alle benutzten Geräte desinfiziert werden.*

Turngeräte

Eine Reinigung/Desinfektion der Sportgeräte im Geräteturnen ist aufgrund ihrer Beschaffenheit grösstenteils nicht möglich. Sollten z.B. aufgrund einer Verletzung Blutspuren an einem Gerät entstehen, so sind diese Spuren unverzüglich **durch den Verursacher** mittels Desinfektionsmittel zu reinigen. Sofern im Stationen-Training mit Rotationsprinzip gearbeitet wird, sind die Hände vor dem Betreten jeder Station zu desinfizieren. *oder zu waschen.*

Turnmatten

Bei Stationentraining dürfen Matten nur mit einem zusätzlichen Frotteetuch (muss vom Athleten selbst mitgebracht werden) genutzt werden. Sofern die Matten als Turngerät oder zum Sichern (Geräteturnen) gebraucht werden, ist analog Punkt Turngeräte zu verfahren.

Magnesium

Jeder Turner nimmt seine persönliche Magnesium Box mit.

5.4 Risiko/Unfallverhalten

Es ist auf das Erlernen und Ausführen von komplexen und risikohaften Bewegungsabläufe zu verzichten. Der Fokus liegt auf einen langsamen, kontinuierlichen Wiederaufbau.

5.5 Schriftliche Protokollierungen der Teilnehmenden

Die Aufenthalte aller Personen in der Trainingsinfrastruktur sind schriftlich zu protokollieren.

Es sind namentliche Listen zu führen, auf welchen der Zeitpunkt des Betretens und des Verlassens der Trainingsinfrastruktur erfasst werden. **Zusätzlich bestätigt der Teilnehmer dem Trainingsleiter ob er sich Gesund fühlt, dies wird ebenfalls in der Liste erfasst.**

Die Leiterinnen und Leiter oder Verantwortlichen (Vorstand, Leiterinnen und Leiter oder J+S Coach) führen namentliche Listen der einzelnen Trainingsgruppen und den entsprechenden Trainingszeiten.

Die Präsenzliste ist vom Leiter vor dem Training korrekt auszufüllen und in der jeweiligen Turnhalle an einem definierten Ort aufzubewahren, damit sie jederzeit durch das Vereinspräsidium eingesehen werden kann.

5.6 Organisation und Planung

Trainingsaufnahme

Vor der Wiederaufnahme des Trainings stellt der Riegenturnleiter dem Riegenpräsidenten einen Antrag per Email zur Wiederaufnahme des Trainings. Die Riegenpräsidenten erteilen der Riege nach Prüfung die Trainingsfreigabe. Ohne Freigabe sind keine Trainings erlaubt. Trainings an neuen oder andern Daten und/oder Zeiten müssen auch bewilligt werden

Übersicht

Zur Übersicht welche Riegen das Training wann, wer, wie wieder aufgenommen haben führen die Riegenpräsidenten eine gemeinsame Liste mit Riegenamen; Trainingstag; Trainingszeit; Trainingsort; Verantwortlichkeiten pro Gruppe.

Einteilung

Auf Grund der Teilnehmerbeschränkung werden die Trainingsleitheer einer Trainingsgruppe zugeteilt, je nach Anzahl Leitern, Teilnehmern und Trainingsplätzen, kann es sein dass nicht jeder Athlet jede Woche ins Training kommen kann.

Anmeldung

Alle Trainingsteilnehmer melden sich beim Leiter für jedes Training an oder ab. Wer sich nicht für das Training angemeldet hat, darf auch nicht am Training teilnehmen.

Neue Mittturner

Bis zu den Sommerferien werden keine neuen Mittturner aufgenommen. Nach den Sommerferien müssen sich neue Mittturner vorgängig beim Leiter anmelden. Dieser teilt sie dann je nach Möglichkeit einer Trainingsgruppe zu.

Trainingsablauf

- Athleten dürfen frühestens 5 min vorher an der Trainingsanlage erscheinen.
- Alle Athleten kommen bereits von zu Hause aus in Trainingskleidung ins Training. Umziehen vor oder in der Halle ist nicht erlaubt
- Alle Athleten desinfizieren und waschen sich die Hände bevor sie das Training beginnen
- Spätestens 5 min nach Ende ist die Trainingsanlage zu verlassen

6 Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

Vorstand, Leiterinnen und Leiter oder J+S Coach

- Hat die Verantwortung für die Planung, Umsetzung und Kommunikation des Schutzkonzepts in seiner Sportinfrastruktur.
- Hat Kontakt zu den Besitzern/Betreibern der Trainingsinfrastruktur, spricht geplante Massnahmen mit diesen ab und berücksichtigt allfällige zusätzlichen Auflagen von dieser Seite.
- Plant unter Einbezug seiner Trainer die Trainingsorganisation (Trainingsblöcke/Trainingszeiten, max. Anzahl Trainingsgruppen pro Trainingsblock) und die Zusammensetzung der Trainingsgruppen.
- Informiert die betroffenen Personen (Funktionäre, Leiterinnen und Leiter, Turnerinnen und Turner, Eltern, ...) über die getroffenen Massnahmen und definierten Abläufe.
- Organisiert die zusätzlichen Reinigungsmassnahmen.
- Organisiert das nötige Desinfektionsmittel und bei Bedarf Schutzmasken und Handschuhe.
- Organisiert die Massnahmen im Zutrittsbereich der Sportanlage (Wartezonen, Abstandsmarkierungen, Zutrittsprotokolle, ...).
- Überwacht (punktuell) die Einhaltung der Vorgaben vor Ort. Eine durchgehende Überwachung ist organisatorisch nicht möglich. Es wird hier an Selbstverantwortung und die Solidarität aller Beteiligten appelliert.

Leiterinnen und Leiter:

- Planung der Rotationen der einzelnen Trainingsgruppen.
- Überwachen der Einhaltung der Abstandsregeln im Trainingsbetrieb (zwischen den Personen der jeweiligen Trainingsgruppe sowie zwischen den verschiedenen Trainingsgruppen).
- Planung und Umsetzung der Trainingsinhalte.
- Aktives Eingreifen/Hilfestellung erfolgt nur wenn zwingend notwendig ist (mit den entsprechenden Schutzmassnahmen) bzw. eine Gefahr für die Turnerinnen und Turner bestehen.

Turnerinnen und Turner:

- ▪ Vermeiden Verletzungen durch Verzicht auf unnötiges Risiko.

Alle:

- Halten sich an die geltenden Abstandseglern und Hygienevorschriften.
- Zeigen sich solidarisch und halten die Regeln des Schutzkonzepts mit hoher Eigenverantwortung ein.

7 Kommunikation des Schutzkonzeptes

Der Schweizerische Turnverband kommuniziert das Schutzkonzept in schriftlicher Form gegen-über 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 um-gesetzt gegenüber ihren Funktionären, Leiterinnen und Leiter, Turnerinnen und Turner sowie Eltern.

Das TVH Schutzkonzept wird wie folgt publiziert:

- [TVH Homepage](#)
- [Mailversand an alle Mitglieder](#)
- [Gemeindeverwaltung](#)
- [Verband ZTV und Zürich Athletics](#)