

## Lohn-Ammannsegg bewegt

4573 Lohn-Ammannsegg

Tel. 032 677 19 96

l.a.bewegt@gmail.ch

www.lohn-ammannsegg-bewegt.ch



# COVID-19 SCHUTZMASSNAHMEN

## für den Trainingsbetrieb ab 31. Mai 2021

Version: 31.05.2021

Erstellerin: Elke von Stokar – Corona-Beauftragte / Prisca Berni

### Bund lockert Massnahmen gegen das Coronavirus

26.05.2021

Am 31. Mai beginnt die Stabilisierungsphase. Neu gilt:

	<b>Wieder geöffnet:</b> <ul style="list-style-type: none"><li> Restaurants und Bars</li><li> Wellness und Thermalbäder</li></ul>		<b>Lockerung für private Treffen</b> Draussen: maximal 50 Personen Draussen: maximal 50 Personen
	<b>Lockerungen bei Veranstaltungen</b> 50 Generell maximal 50 Personen		<b>Mit Publikum (Kultur- und Sportveranstaltungen), Gottesdienste</b> Draussen: maximal 300 Personen resp. 1/3 der Kapazität
	<b>Lockerungen bei Sport und Kultur</b> Maximal 50 Personen bei Amateursport und Laienkultur. Wettkämpfe mit Publikum wieder möglich.		<b>Präsenzunterricht ohne Kapazitätsbeschränkung</b> Voraussetzung: Genehmigtes Testkonzept. Gilt für Hochschulen und Erwachsenenbildung.
	<b>Keine Quarantäne mehr für Geimpfte</b> Gilt für Kontakt- und Reisequarantäne.		<b>Lockerung der Homeoffice-Pflicht</b> Pflicht wird für Betriebe, die regelmässig testen, in Empfehlung umgewandelt.
<b>Weiterhin gilt:</b>	Geschlossen: Discos und Tanzlokale	Verbot von Grossveranstaltungen (ausser Pilotevents)	Empfehlung: Testen Sie sich!

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra  
Swiss Confederation

Bundesrat  
Conseil fédéral  
Consiglio federale  
Cussegl federal  
Federal Council



## Neue Rahmenbedingungen

Das vorliegende Schutzkonzept basiert auf den neuen Empfehlungen des Bundesrates vom 26. Mai 2021 und den Rahmenvorgaben für Schutzkonzepte im Sport vom Schweizerischen Sportverband (STV) und BASPO/Swiss Olympic. Es zeigt auf, wie im Rahmen der geltenden, übergeordneten Schutzmassnahmen ein Training im Turnsport (Bereich Breitensport) stattfinden kann.

Im Freien und in Innenräumen darf, unter Einhaltung von bestimmten Massnahmen, Sport in Gruppen bis maximal 50 Personen betrieben werden. Für Sportaktivitäten von Kindern und Jugendlichen bis zum 20. Lebensjahr (Jahrgang 2001 und jünger) gelten keine Einschränkungen von Trainings, weder im Innen- noch im Aussenbereich. Wettkämpfe für Personen mit Jahrgang 2001 und jünger dürfen in allen Sportarten wieder mit Publikum stattfinden.

Folgende **Grundsätze** müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

### 1 Symptomfrei ins Training

Turnerinnen und Turner sowie Leiterinnen und Leiter mit Krankheitssymptomen dürfen **NICHT** am Trainingsbetrieb 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.**

### 2 Distanz und Gruppengrösse einhalten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, bei Besprechungen, nach dem Training und bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind **1.5 m Abstand** nach wie vor einzuhalten. Auf das traditionelle Shakehands, Abklatschen und Umarmen ist weiterhin zu verzichten.

Beim Wechsel zwischen den Trainingsgruppen warten die Personen der nachfolgenden Trainingsgruppe in der Regel unter Einhaltung der Distanzregeln von 1.5 m, bis die vorhergehende Gruppe die Halle verlassen hat. **Ein direkter Kontakt zwischen den verschiedenen Gruppen ist zu vermeiden.**

Die Trainingsgruppen sollen beständig sein, daher in möglichst gleicher Konstellation trainieren. Die Gruppeneinteilung ist von den entsprechenden Leiterpersonen vorzunehmen und umzusetzen.

Am Trainingsort halten sich nur die für den Turnbetrieb notwendigen Personen auf. Begleitpersonen und Aussenstehende (Eltern, Freunde usw.) haben nur **sofern nötig** (wie z.B. beim ELKI-Turnen) Zutritt.

#### 2.1 Sportaktivitäten in Innenräumen

Sport in Innenräumen ist für Einzelpersonen oder Gruppen **bis maximal 50 Personen** (inkl. Leiterpersonen) wieder möglich. Es muss eine Maske getragen **und** der Abstand von 1.5 m immer eingehalten werden. Ohne Maske muss für jede Person eine Fläche von mindestens 25 m<sup>2</sup> zur Verfügung stehen.

Bei Sportaktivitäten ohne erhebliche körperliche Anstrengung und bei denen der zugewiesene Platz nicht verlassen wird (z.B. Yoga, Pilates), liegt die Mindestfläche zur ausschliesslichen Nutzung bei 10 m<sup>2</sup> pro Person.



Für Sportaktivitäten von Kindern und Jugendlichen bis zum 20. Lebensjahr (Jahrgang 2001 und jünger) gelten im Innenbereich keine Einschränkungen von Trainings.

Mannschaftssportarten sind im Innenbereich nicht erlaubt.

**Zudem gilt für die unten aufgeführten Riegen folgendes:**

#### **ELKI-Turnen**

Das ELKI-Turnen ist mit maximal 50 Personen erlaubt. Die Kinder sind bei der maximalen Gruppengrösse von 50 Personen mitzuzählen.

#### **KITU/JUGI/GETU**

Für Trainings mit Kindern und Jugendlichen mit Jahrgang 2001 und jünger sind so viele Trainerinnen und Trainer zugelassen, wie bei Trainings ohne Einschränkungen dabei sein würden.

## **2.2 Sportaktivitäten im Aussenbereich**

Sport im Freien kann von Einzelpersonen oder in Gruppen **bis maximal 50 Personen** (inkl. Leiterpersonen) ausgeübt werden. Es muss eine Maske getragen **oder** der Abstand von 1.5 m eingehalten werden. Auf beides kann nur verzichtet werden, wenn die Kontaktdaten erhoben werden. Im Aussenbereich sind Kontaktsportarten und Mannschaftssportarten nur erlaubt mit Maske **oder** Kontaktdaten-Erhebung.

Für Sportaktivitäten von Kindern und Jugendlichen bis zum 20. Lebensjahr (Jahrgang 2001 und jünger) gelten im Aussenbereich keine Einschränkungen von Trainings.

## **3 Einhalten der Hygieneregeln**

**Händewaschen** spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor **und** nach dem Training gründlich mit Seife wäscht oder Desinfektionsmittel verwendet, schützt sich und sein Umfeld.

**Jede Riege reinigt und desinfiziert die von ihr benützten Geräte und Materialien** selber sowie die Griffe von Türen und Fenstern und die Lichtschalter.

## **4 Schutzmaskenpflicht**

### **4.1 Innenräume**

In **Innenräumen** muss eine Maske getragen **und** der Abstand von 1.5 m eingehalten werden. Auf eine Maske kann drinnen nur verzichtet werden, wenn dies zur Ausübung erforderlich ist und erhöhte Abstandsvorgaben umgesetzt werden.

Alle Erwachsene und Kinder ab der 5. Klasse müssen ab dem Betreten der Sporthalle in allen Bereichen (Eingangsbereich, WC-Anlagen usw.) bis die Turnstunde beginnt, eine Schutzmaske tragen. Am Ende der Lektionen gilt wieder Maskenpflicht, bis alle die Halle verlassen haben.

Bei Sportaktivitäten drinnen ohne Maske muss für jede Person eine Fläche von mindestens 25 m<sup>2</sup> zur ausschliesslichen Nutzung zur Verfügung stehen oder es müssen zwischen den einzelnen Personen wirksame Abschränkungen angebracht werden.



Bei Sportarten wie Yoga oder Pilates liegt die Mindestfläche zur ausschliesslichen Nutzung bei 10 m<sup>2</sup> pro Person.

Sport drinnen ohne Masken verlangt nach einer Kontaktdaten-Erhebung.

**Zudem gilt für die unten aufgeführten Riegen folgendes:**

#### **Aerobic**

Ohne Maske darf trainiert werden, wenn pro Person mindestens 25 m<sup>2</sup> Fläche zur ausschliesslichen Nutzung zur Verfügung steht. In unserer Halle sind somit 14 Personen inkl. Leiterperson erlaubt. Bei einer grösseren Anzahl Personen muss eine Maske getragen werden.

#### **ELKI-Turnen**

Für alle Begleitpersonen und Leiterpersonen gilt Maskenpflicht.

#### **KITU/JUGI/GETU**

Das Helfen und Sichern ist nur bei Kindern und Jugendlichen mit Jahrgang 2001 und jünger **und** mit Maske erlaubt. Bei Erwachsenen ist jeglicher Körperkontakt untersagt – eine Ausnahme bildet einzig das Eingreifen zur Verhinderung von Unfällen.

Für Leiterpersonen gilt die Maskenpflicht für alle Alterskategorien.

#### **Pilates**

Pro Person muss eine Mindestfläche von 10 m<sup>2</sup> vorhanden ist, damit auf eine Maske verzichtet werden kann. Diese Bedingung ist erfüllt.

### **4.2 Aussenbereich**

In **Aussenbereichen** gilt eine Maskenpflicht nur dann, wenn der Mindestabstand von 1.5 m nicht eingehalten wird. Soll draussen ohne Maske **und** ohne Abstand Sport getrieben werden, müssen die Kontaktdaten erhoben werden.

## **5 Präsenzlisten führen**

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.

## **6 Bestimmung Corona-Beauftragte/r des Vereins**

Jeder Verein, welcher die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs plant, muss eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Für unseren Verein ist dies **Elke von Stokar**. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an sie wenden (Tel. +41 79 272 46 10 oder elke.v.stokar@bluewin.ch).



## 7 Besondere Bestimmungen

Alle Garderoben und Duschen der Mehrzweckhalle bleiben bis auf Weiteres **geschlossen** und dürfen **nicht** benutzt werden. Es erscheinen somit alle bereits in Trainingskleidern zum Training.

Lohn-Ammannsegg, 31. Mai 2021

Vorstand Lohn-Ammannsegg bewegt