

Bern, 16.04.2021 LB/US

Schutzkonzept für den Gymnastikbetrieb (mit Anpassungen in rot)

Das vorliegende vitaswiss-Schutzkonzept, das wir aufgrund der BAG-Vorschriften erstellt haben, wurde vom BASPO im Herbst 2020 plausibilisiert. **Aufgrund der neuesten BAG-Vorschriften vom 14. April 2021 haben wir es hiermit erneut angepasst.**

Unser Ziel ist es, unseren Trainerpersonen und Mitgliedern klare Richtlinien zu geben, damit sie **weiterhin** ihren sportlichen Tätigkeiten nachgehen, unter Einhaltung der allgemeinen Grundsätze zur Eindämmung des Coronavirus.

Breitensport

Die Vorgaben für sportliche Aktivitäten werden für Personen mit Jahrgang 2000 und älter gelockert und sind fortan für Einzelpersonen oder für Gruppen mit bis zu 15 Personen (inkl. Leiterperson) in Innenräumen und Aussenbereichen eingeschränkt möglich. Auch Wettkämpfe sind unter diesen Umständen zulässig.

Aussenbereich

Im Freien sind Sportaktivitäten erlaubt, wenn eine Maske getragen **oder** der Abstand von 1,5m eingehalten wird (wie etwa beim Wandern, Joggen, etc.).

Innenräume

In Innenräumen muss grundsätzlich sowohl die Maske getragen als auch der Abstand eingehalten werden. Das macht auch Personaltraining grundsätzlich möglich. Sport ohne Maske ist nur möglich, wenn der Sport mit Maske nicht ausgeübt werden kann und strenge Abstandsvorgaben umgesetzt werden (25 Quadratmeter bei körperlich anstrengenden Aktivitäten wie Ausdauertraining im Fitnesscenter (z.B. Velo/Laufband/Ruderergometer), **15 Quadratmeter bei «ruhigen», stationären Aktivitäten wie Atemgymnastik, Yoga, Pilates, Rückenfit etc.**). Sportarten mit Körperkontakt sind in Innenräumen weiterhin nicht erlaubt. Ebenso dürfen im Gegensatz zu Hallenbädern Innenbereiche von Wellnessanlagen und Freizeitbädern nicht genutzt werden.

Grundhaltung:

1. Einhaltung der Hygieneregeln des BAG
2. Social-Distancing (**1,5m** Mindestabstand zwischen allen Personen, kein Körperkontakt.
3. **Maximale Gruppengrösse von 15 Personen** gemäss der aktuellen behördlichen Vorgabe. Wenn möglich gleiche Gruppenzusammensetzung und unbedingt Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
4. Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben des BAG beachten. Das vitaswiss Schutzkonzept bietet die Grundlage, damit die Sektionen ihre Kurse **wieder anbieten** können.

Der vitaswiss-Verband empfiehlt den Trainingsbetrieb ab dem 19. April 2021 wieder aufzunehmen.

Das lokale Umfeld muss auch berücksichtigt werden. Die Benutzung der Räume (Schule, kommunale Räume, etc.) muss auch mit den zuständigen Behörden geprüft werden.

1. Risikobeurteilung und Triage

- Trainerpersonen (TP) oder Teilnehmer (TN) mit Krankheitssymptomen dürfen nicht an den Kursen teilnehmen.
- Die Trainerperson ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren, damit sie der Rest der Gruppe informieren kann.
- Personen aus der definierten Risikogruppe übernehmen Selbstverantwortung und informieren die Trainingsgruppe nötigenfalls.

2. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

- Für die Reise zum und vom Trainingsort, werden individuelle Verkehrsmittel empfohlen (zu Fuss, Velo; PW, oder Fahrgemeinschaft). Auf den öffentlichen Verkehrsmitteln gilt weiterhin **Maskenpflicht**.
- Die TN organisieren sich, um erst 5 Minuten vor der Stunde einzutreffen. Nach der Lektion wird das Gebäude umgehend verlassen.

3. Infrastruktur

- Bei der Infrastruktur (indoor/outdoor) muss der **1,5m-Mindestabstand** zwischen allen TN inkl. TP während dem ganzen Kurs respektiert werden.
- Umkleide und Dusche, **gelten die Bestimmungen Gemeinde**. Es wird empfohlen umgekleidet zum Training zu erscheinen.
- Die TP und TN haben ein persönliches Desinfektionsmittel dabei und desinfizieren sich die Hände vor und nach dem Training.
- Die TP sind rechtzeitig vor Ort, öffnen die Türen und desinfizieren die Türklinke. Nach Möglichkeit halten sie diese offen oder nur angelehnt, um unnötige Kontakt zur Türklinke zu vermeiden. Für die restliche Massnahmen zur Desinfektion und Reinigung der Sportstätte klärt der Sektionsverantwortliche mit der zuständigen Behörde ab, wie es geregelt ist.
- Wenn mehrere Gruppen nacheinander folgen, muss gewährleistet sein, dass die Gruppen sich nicht gleichzeitig in der Anlage aufhalten. Dabei die Dauer des Kurses etwas kürzen, z.B. 45 Min. statt 60 Min. Anfangs- und Schlusszeit des Kurses anpassen. Falls es sich um Gruppen von anderen Vereinen handelt, nimmt der Sektionsverantwortliche Kontakt mit dem anderen Verein auf, um eine Einigung betreffend Anfangs- und Schlusszeit der Kurse zu finden.

4. Trainingsformen, -spiele und -organisation

- In der Planung der Stunden berücksichtigt die TP die Einhaltung der übergeordneten Grundsätze.
- Bei jeder Stunde sind maximal **15 Personen, inkl. TP anwesend**. Die Gruppe sollte festgelegt werden und unverändert bleiben.
- **In Innenräumen von öffentlich zugänglichen Einrichtungen sind Sportaktivitäten ohne Kontakt erlaubt, sofern eine Maske getragen und der Abstand (1,5 Meter) eingehalten wird.**

- Sportarten mit Körperkontakt sind in Innenräumen weiterhin nicht erlaubt. Ebenso dürfen im Gegensatz zu Hallenbädern Innenbereiche von Wellnessanlagen und Freizeitbädern nicht genutzt werden.
- Es wird empfohlen, auf den Einsatz von Material (Hilfsmittel, Kleingeräte) zu verzichten. Falls absolut erforderlich, wird das Material vor und nach dessen Benutzung desinfiziert.
- Das Material ist individuell zu benutzen, d.h. es darf während der Stunde nicht von mehreren TN gebraucht werden. Bei Bodenübungen werden die TN gebeten, grosse Badetücher mitzunehmen, um die Matte grossflächig zu bedecken, oder die eigene Matte von zuhause mitzunehmen.
- Auf Unfallprävention wird bei vitaswiss Kursen immer geachtet. Während der COVID-Zeit wird noch vermehrt darauf geachtet.

5. Verantwortlichkeit die Umsetzung vor Ort

- Jede Sektion bestimmt einen COVID-Verantwortlichen. Dieser koordiniert die Kurse, nimmt Kontakt auf mit den allfälligen für die Infrastruktur zuständigen Hauswartungen, um Hygienemassnahmen abzuklären. Er nimmt auch Kontakt auf mit den anderen Benützern der Anlage, falls diese unmittelbar vor oder nach vitaswiss die Anlage benützen, um Anfangs- und Schlusszeit des Trainings abzusprechen. Er stellt sicher, dass alle TP und TN das Schutzkonzept kennen.
- Die TP und jede TN kennen das Schutzkonzept. Jeder zeigt sich solidarisch und hält sich mit hoher Selbstverantwortung an das Schutzkonzept.
- Personen, die sich nicht an die übergeordneten Regeln halten, werden vom Kurs ausgeschlossen.

6. Kommunikation des Schutzkonzeptes

Das erste Schutzkonzept für die Wiederaufnahme des Bewegungsangebotes durch die vitaswiss-Sektionen ist der Fachgruppe BAG/BASPO eingereicht. Nach Genehmigung ist dieses Schutzkonzept breit kommuniziert. **Anpassungen (rot im Text) müssen nicht mehr erst durch die Fachgruppe BAG/BASPO genehmigt werden. Sie sind aber stets an den aktuellen BAG Empfehlungen angepasst.**

- Das Konzept wird an alle Sektionsvorstände und Trainerpersonen versandt.
- Es wird auf die vitaswiss Homepage gestellt.
- Die Sektionen, die sich zur **Weiterführung** ihres Bewegungsangebotes entschliessen, informieren ihre Teilnehmer. Dabei werden sie stets auf das Schutzkonzept hinweisen. Die Sektionen stellen sicher, dass jede TP und jeder TN das Schutzkonzept vor der Wiederaufnahme ihrer sportlichen Tätigkeit gelesen hat und sich danach verhalten.
- Der vitaswiss-Verband steht den Sektionen jederzeit zur Verfügung, um allfällige Frage zu beantworten und Unsicherheiten zu klären.

Eine Kopie des Schutzkonzeptes **kann** dem Anbieter der Sportinfrastrukturanbieter zugestellt werden.

Teilweise wurden kantonal einschränkende Massnahmen beschlossen, wir weisen euch darauf hin, dass die in eurem Kanton geltenden Beschlüsse eingehalten werden müssen. Um sicher zu sein, die kantonalen Ämter anfragen.