

COVID-19 SCHUTZKONZEPT AKROBATIKTURNEN SVAT

Arbeitsgruppe	Datum
César Salvadori	30.04.2020 (v2)
Daniela Salvadori	
Ian De Schoenmacker	
Ornella Salvadori	
Nina De Schoenmacker	

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 Spitzensport/Leistungssport) wieder stattfinden kann.

Auf Basis des vorliegenden Schutzkonzeptes muss von den Trägerschaften der Nachwuchsförderung (RLZ/AGAG) 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 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 Athletinnen und Athleten.

1.3 Übergeordnete Grundsätze

Die vorliegenden Schutzmaßnahmen basieren auf den allgemeinen Grundsätzen zur Verhinderung der Weiterverbreitung des Coronavirus. Diese Grundsätze sind (aktueller Stand):

- 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

Sportlerinnen und Sportler und Coaches 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. Risikogruppen

Die Athleten im Spitzensportbereich und die angestellten Trainer gehören vom Alter her in der Regel nicht zur Risikogruppe.

Personen, welche gemäss Weisungen des BAG zu Risikogruppen gehören (>65-jährig oder mit bestimmten Vorerkrankungen), haben während des Trainingsbetriebs keinen Zutritt zur Trainingsinfrastruktur.

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 möglichst zu verzichten.

4 Infrastruktur

4.1 Platzverhältnisse/Trainingsortverhältnisse

Die Einhaltung der Distanzregelung und der minimale Platzbedarf von 10 m² pro Person muss sowohl in der Turnhalle (=Trainingsfläche), als auch in einem separaten Kraft-, Tanzraum oder Büroräume (oder ähnlichem) zwingend eingehalten werden.

In den Trainingshallen sind, mit Ausnahme der Bodenfläche (12x12 m), verschiedene Geräte meist mehrfach vorhanden, zusätzlich gibt es meist eine Vielzahl an methodischen Hilfsgeräten. Diese Platzverhältnisse ermöglichen die Einhaltung der Distanzregel.

Die Vorgaben sind auch bei allfälligen Geräte Auf- und Abbau einzuhalten.

4.2 Umkleide/Dusche/Toiletten

Die Umkleideräume 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 Turnhallen in der Schweiz verfügen in der Regel nicht über Cafés oder Restaurants.

Der Betrieb von Automaten (Kaffee, Getränke, Snacks, ...) ist grundsätzlich möglich.

4.4 Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur

Zutrittsbeschränkungen:

- In der Trainingsinfrastruktur halten sich nur die für den Betrieb notwendigen Personen auf. Während der Trainingszeiten haben nur die folgenden Personen Zugang zur Trainingshalle (= Gebäudekomplex) Trainer, Athleten, Funktionäre, medizinisches Personal und Reinigungspersonal und Lieferanten.
- Begleitperson (Eltern, Freunde, ...) haben **keinen** Zutritt.
- Risikogruppen gem. Kap. 2.1 haben **keinen** Zutritt.

Organisation:

Beim Wechsel zwischen Trainingsgruppen warten die Personen der nachfolgenden Trainingsgruppe in einem definierten Warteraum vor dem Gebäudekomplex unter Einhaltung der Distanzregeln von 2m. Nach dem Verlassen der vorhergehenden Gruppe, kann das Gebäude betreten werden.

Sollte die Infrastruktur über genügend grosse Innenräume/Vorräume verfügen, kann der Warteraum auch im Gebäudeinnern vorgesehen werden.

Die entsprechenden Warteräume sind zu kennzeichnen. Durch diese Massnahmen wird der direkte Kontakt zwischen den verschiedenen Gruppen vermieden.

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

1. Eine von der Trägerschaft bestimmte Person (z.B. der Trainer) kontrolliert den Ablauf und befragt jede Person zu seinem aktuellen Gesundheitszustand.
2. Beim Eintritt müssen sich alle Personen die Hände desinfizieren. Die Betreiber der Infrastruktur bzw. die Trägerschaft der Turnhalle stellen sicher, dass entsprechendes Desinfektionsmaterial vorhanden ist.

Nach Abschluss ihrer Trainingseinheit müssen die Athleten und Trainer, sofern nicht in der nachfolgenden Trainingseinheit eingeplant, so schnell wie möglich die Trainingsinfrastruktur verlassen.

1. Beim Austritt müssen sich alle Personen die Hände desinfizieren.

Zwischen den einzelnen Trainingsblöcken sollte 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 des gleichen Trainingsblocks dürfen mehrere Trainingsgruppen gleichzeitig in der Trainingshalle trainieren, sofern sich bezogen auf die Grundfläche der Turnhalle der minimale Platzbedarf von 10m² pro Person eingehalten wird.

Der Kontakt zwischen den einzelnen Trainingsgruppen ist durch eine geeignete Rotationsplanung und der Zuweisung von spezifischen Sektoren zu verhindern. Sofern im Stationen-Training mit Rotationsprinzip gearbeitet wird, sind die Hände vor dem Betreten jeder Station zu desinfizieren. Dies gilt auch beim Aufwärmen. 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

Ausgangslage/Grundsätzliches:

Akrobatikturnen ist eine Teamsportart, in welcher bei den Männern in 2er bzw. 4er Teams und bei den Frauen in 2er oder 3er Teams geturnt wird.

In den Trägerschaften der Nachwuchsförderung (RLZ/AGAG) findet das Training in sportartspezifischen Trainingshallen statt, in welchen teilweise die Geräte permanent aufgebaut sind. In diesen Hallen sind mit Ausnahme der Bodenfläche (12x12 m) die verschiedenen methodischen Hilfsgeräte meist mehrfach vorhanden.

Das Vereinstraining findet meist in Schulturnhallen mit sportartspezifischem Material statt, welches oft dem Verein gehört. Auch hier ist Material häufig mehrfach vorhanden.

Im Akrobatikturnen kommt es im normalen Training zu Körperkontakt zwischen den Athleten des jeweiligen Teams (kein Tausch der Partner). Es gibt aber auch, gerade im Aufbautraining, eine Grosszahl an Trainingsmöglichkeiten ohne Körperkontakt (Choreographie, Krafttraining, Beweglichkeit, methodische Vorübungen etc.). Aus Sicherheitsgründen müssen Trainer den Athleten speziell in der Aufbau- und Lernphase Hilfestellung geben.

Auch bei Gefahr für den Athleten müssen sie eingreifen, um Stürze zu verhindern. Das kann durch halten/abfangen oder durch Schieben von Schonern und/oder Matten erfolgen. Im Aufbautraining wird häufig mit einer Longe gearbeitet, welche das Sichern der Athleten ohne Körperkontakt gewährleistet.

Je jünger die Athleten, desto grösser der Bedarf an aktiver Trainerunterstützung. Je älter die Athleten, desto besser können diese verbale Korrekturen umsetzen.

Priorisierung:

Bei der Planung der Trainingsgruppen ist den Kaderathleten den Vorzug zu geben.

Innerhalb der verschiedenen Kadergruppen gilt folgende Priorisierung: Senioren – Junioren – Jugend.

Trainingsgruppen:

Eine Trainingsgruppe besteht aus max. 5 Personen (inkl. Trainer).

Die Zusammensetzung der Trainingsgruppen soll über die Zeit möglichst konstant und unverändert bleiben.

Trainingsorganisation:

Siehe Kap. 4.4

Trainingsformen/Trainingsinhalte:

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

Phase 1 (Woche 1-2):

- Leichte Belastung, geringe Trainingsumfänge (ca. 50-70%)
- Individueller Kraft- und Beweglichkeitsaufbau
- Individuelles Koordinations- und Choreografie-Training
- Grundschultraining mit den methodischen Hilfsgeräten (Handstandklötze, Longen, etc.)

Phase 2 (Woche 3-4):

- Steigerung der Intensität und Trainingsumfänge (ca. 75-80%)
- Individueller Kraft- und Beweglichkeitsaufbau
- Individuelles Koordinations- und Choreografie-Training
- Langsames angehen von schwierigeren Elementen und Kombinationen

Phase 3 (ca. ab Woche 5)

- Rückkehr (soweit möglich) zum normalen Trainingsbetrieb und -intensität (100%)

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

Hilfestellung durch den Trainer:

- Wenn möglich ist in Phase 1 auf eine direkte Hilfestellung durch den Trainer zu verzichten. Der Trainer soll hauptsächlich mündliche Korrekturen vornehmen und nur bei Gefahr für den Athleten aktiv eingreifen.
- Beim Sichern und Helfen (Trainer unterschreitet die Distanz von 2m zum Athleten) trägt der Trainer eine Schutzmaske und Handschuhe.

Bekleidung:

Um Verunreinigungen/Kontaminierungen von Turngeräten zu vermeiden, ist im Wettkampfdress, T-Shirt oder Funktionsshirt zu trainieren.

5.2 Material

Turngeräte

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

Kraftgeräte

Im Athletik-/Kraftraining sind wo immer möglich die eignen 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.

Kleinmaterial

Alle Magnesiabehälter werden durch die Trägerschaft eingesammelt.

Alle Athleten benutzen ihr eigenes Magnesia, etc.

Stationen-Training mit Rotationsprinzip

Sofern im Stationen-Training mit Rotationsprinzip gearbeitet wird, sind die Hände vor dem Betreten jeder Station zu desinfizieren.

5.3 Risiko/Unfallverhalten

Durch einen langsamen, kontinuierlichen Wiederaufbau über mehrere Phasen (siehe Kap. 5.1) wird das Unfall- und Verletzungsrisiko minimiert.

5.4 Schriftliche Protokollierung 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. Diese Listen werden innerhalb der Sportinfrastruktur abgelegt. (siehe Kap. 4.4)

Die Cheftrainer oder Verantwortlichen der Trägerschaften und Vereine führen namentliche Listen der einzelnen Trainingsgruppen und den entsprechenden Trainingszeiten.

6 Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

Vorstand / Cheftrainer / 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, Definition Sektoren in der Trainingshalle) und die Zusammensetzung der Trainingsgruppen.
- Informiert die betroffenen Personen (Funktionäre, Trainer, Athleten, Eltern, ...) über die getroffenen Massnahmen und definierten Abläufe.
- Organisiert bzw. koordiniert die zusätzlichen Reinigungsmassnahmen.
- Organisiert das nötige Desinfektionsmittel und bei Bedarf Schutzmasken und Handschuhe.
- Organisiert die Massnahmen im Zutrittsbereich der Sportanlage (Wartezeichen, Abstands-markierungen, 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.)

Trainer:

- Tägliche Planung der Stationen-Rotationen der einzelnen Trainingsgruppen.
- Überwacht die 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 bzw. eine Gefahr für den Athleten besteht. Beim Sichern und Helfen am Gerät (Trainer unterschreitet die Distanz von 2m zum Athleten) trägt der Trainer eine Schutzmaske und Handschuhe.

Athleten:

- Vermeiden von Verletzungen durch Verzicht auf unnötiges Risiko im Training.
- Desinfektion der Kraftgeräte nach Gebrauch.
- Verwendung von persönlichem Kleinmaterial (Magnesia, Handstandklötze, etc.).

Alle:

- Halten sich an die geltenden Abstandsregeln und Hygienevorschriften.
- Desinfektion der Hände beim Zutritt sowie beim Verlassen der Trainingsinfrastruktur.
- Zeigen sich solidarisch und halten die Regeln des Schutzkonzepts mit hoher Eigenverantwortung ein.

7 Kommunikation des Schutzkonzeptes

Der SVAT kommuniziert das Schutzkonzept in schriftlicher Form gegenüber seinen Mitgliedervereinen und Funktionären. Dabei erfolgt die primäre Kommunikation per E-Mail und umfasst folgende Verteiler:

- Präsidenten der Mitgliedervereine
- Infoverantwortliche der Mitgliedervereine
- Sekretariate der Mitgliedervereine
- Trägerschaften der Nachwuchsförderung (RLZ/AGAG)
- Leiterinnen und Leiter / J&S Coaches

Das Konzept wird zudem auf folgenden Kanälen publiziert:

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

Die Vereinsführungen kommunizieren das Schutzkonzept bzw. wie dieses bei ihnen umgesetzt gegenüber ihren Funktionären, Leiterinnen und Leiter, Turnerinnen und Turner und Eltern sowie weiteren betroffenen Personenkreise (z.B. Medicals).

Die Trägerschaften der Nachwuchsförderung (RLZ/AGAG) und die Vereine senden dem Vorstand des SVAT ihre Umsetzungskonzepte zu.