

Sylvia Sigrist  
Gymnastikleiterin und Präsidentin  
Hegi 3  
8197 Rafz

## **Vitaswiss-Gymnastik Mittwoch 19.00 - 21.00 Uhr - Turnhalle Götzen, Rafz Schutzkonzept für den Gymnastikbetrieb**

### **1. Risikobeurteilung**

- Leitung oder Teilnehmer mit Krankheitssymptomen dürfen nicht an den Trainings teilnehmen.
- Die Leitung ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren, damit sie den Rest der Gruppe informieren kann.
- Personen aus der definierten Risikogruppe übernehmen Selbstverantwortung und entscheiden frei, ob sie schon bereit für die angebotenen Trainings sind und informieren die Leitung entsprechend.

### **2. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort**

- Für die Anreise zum und vom Trainingsort werden die Leitung und die Teilnehmer angewiesen, keine Fahrgemeinschaften zu bilden, oder dann, wenn nicht anders möglich, eine Maske zu tragen.
- Die Teilnehmer organisieren sich, um erst 5 Minuten vor der Stunde einzutreffen. Nach der Lektion wird das Gebäude umgehend verlassen, und die Teilnehmer werden gebeten, sich rasch auf den Heimweg zu begeben.

### **3. Infrastruktur**

- In der Turnhalle muss ein minimaler Platzbedarf von 10 m<sup>2</sup> pro Person eingehalten werden. Der 2m-Mindestabstand zwischen allen Teilnehmern inkl. Leitung muss während dem ganzen Kurs respektiert werden. Bei unseren durchschnittlichen Teilnehmerzahlen ist der Mindestabstand problemlos einzuhalten.
- Garderoben und Duschen dürfen genutzt werden. Für die einfachere Einhaltung der 2m Abstands-Regel wird den Teilnehmern empfohlen, bereits umgekleidet zum Training zu erscheinen.
- Leitung sowie Teilnehmer haben ein persönliches Desinfektionsmittel dabei und desinfizieren sich die Hände vor und nach dem Training.
- Die Leitung ist rechtzeitig vor Ort, öffnet die Türen und desinfiziert die Türklinken. Nach Möglichkeit halten wir die Türen offen oder nur angelehnt, um unnötige Kontakte zur Türklinke zu vermeiden. Ebenso bleibt das Tor zum Geräteraum geschlossen.
- Da zwei Gruppen nacheinander folgen, muss die Kursdauer angepasst werden, damit sich nicht beide Gruppen gleichzeitig in der Turnhalle aufhalten. Die erste Gruppe trainiert von 19.00 - 19.45 Uhr und verlässt danach umgehend das Areal. Die zweite Gruppe startet um 20.00 - 20.45 Uhr. So bleibt der Leitung zwischen den beiden Lektionen und am Schluss der zweiten Lektion genug Zeit, die Türen usw. wieder zu schliessen und die Klinken zu desinfizieren.

#### **4. Trainingsformen, -spiele und -organisation**

- In der Planung der Stunden berücksichtigt die Leitung die Einhaltung der übergeordneten Grundsätze und Hygieneregeln des Bundesamts für Gesundheit (BAG).
- Das Schutzkonzept der Sportanlagen Rafz ist integrativer Bestandteil dieses Vereinskongzeptes.
- Für jede Lektion wird eine Präsenzliste geführt. Diese Präsenzliste wird auf Anfrage den Behörden zur Rückverfolgung von Kontakten zur Verfügung gestellt. (Contact Tracing)
- Alle Teilnehmer bringen für die Bodenübungen ihre eigene Bodenmatte oder ein grosses Badetuch mit und nehmen diese nach dem Training wieder nach Hause.
- Bis auf Weiteres verzichten wir auf den Einsatz von Hilfsmittel und Kleingeräten wie Bällen, Stäben usw., da diese vor und nach deren Benutzung desinfiziert werden müssen.
- Auf Unfallprävention wird bei Vitaswiss-Kursen immer geachtet. Während der COVID-Zeit wird noch vermehrt darauf geachtet. Für Notfälle, bei welchen ein 2m-Abstand zwischen Leitung und Teilnehmer nicht möglich ist, hat die Leitung eine Schutzmaske bei sich.

#### **5. Verantwortlichkeit für die Umsetzung vor Ort**

- Die COVID-Verantwortliche Sylvia Sigrist koordiniert die Wiederaufnahme der Trainings.
- Die Leitung und alle Teilnehmer 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 Training ausgeschlossen.

#### **6. Kommunikation des Schutzkonzeptes**

- Das Rahmen-Schutzkonzept des Vitaswiss-Verbandes für die Wiederaufnahme des Bewegungsangebotes durch die Sektionen wurde der Fachgruppe BAG/BASPO eingereicht und genehmigt.
- Das angepasste Schutzkonzept der Vitaswiss-Sektion Rafzerfeld wird vor Trainingsbeginn zur Prüfung der Schulverwaltung Rafz eingereicht.
- Nach der Prüfung durch die Schulverwaltung Rafz wird das Schutzkonzept an alle Sektionsvorstände, Leiterpersonen und Teilnehmer versandt.
- Das Schutzkonzept wird auf die Vitaswiss Homepage der Sektion Rafzerfeld gestellt.

Sylvia Sigrist