



# COVID-19 SCHUTZMASSNAHMEN IM DTV Kunstturnen Küsnacht

Version 1.2 / Verfasser Anita Sidler  
12.05.2020





## 1 Allgemeines

### 1.1 Ausgangslage & Zielsetzung

Das vorliegende Konzept basiert auf dem Schutzkonzept des Schweizerischen Turnverbands für die Sportart Kunstturnen.

Das Ziel ist, die schrittweise Wiederaufnahme des Trainings im Kunstturnen unter den gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) umzusetzen.

### 1.2 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 (2 m Mindestabstand; 10 m<sup>2</sup> pro Person; kein Körperkontakt)
- Max. Gruppengrösse von 5 Personen (gleiche Gruppen, Protokollierung der Teilnehmer zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.)
- Besonders gefährdete Personen beachten die spezifischen Vorgaben des BAG.

## 2 Risikobeurteilung und Triage

### 2.1 Krankheitssymptome und Risikogruppe

Sportlerinnen und Trainerinnen mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Die Cheftrainerin ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.

Personen, welche gemäss Weisungen des BAG zu Risikogruppen gehören (>65-jährig oder mit bestimmten Vorerkrankungen), dürfen nicht am Training teilnehmen. Alle unsere Athletinnen und Trainerinnen gehören nicht der Risikogruppe an.

## 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. Falls möglich mit individuellen Transportmitteln anreisen. Um die Abstandsregeln von **2 m** einhalten zu können, ist auf Fahrgemeinschaften zu verzichten.

## 4 Infrastruktur

### 4.1 Platzverhältnisse

Die Einhaltung der Distanzregelung und der minimale Platzbedarf von 10 m<sup>2</sup> pro Person muss in der Halle (Training & Auf-, Abbau der Geräte) eingehalten werden. Die Halle Merlischachen verfügt mit einer Fläche von ca. 400 m<sup>2</sup> genügend Platz, diese Vorschrift einzuhalten.

### 4.2 Sanitäranlagen/Reinigung/Pause

Die Umkleieräume und Duschen bleiben geschlossen. Alle Turnerinnen und Trainerinnen erscheinen in Sportkleidung zum Training. Um Verunreinigungen/Kontaminationen von Turngeräten zu vermeiden, ist im Turndress, T-Shirt oder Funktionsshirt zu trainieren. Für die Pause bringen die Turnerinnen ihre eigene Verpflegung mit und es darf kein „Znünitäusch“ stattfinden. Die Toiletten stehen den anwesenden Personen für dringende Fälle zur Verfügung.

Die Reinigung der Sportstätte erfolgt vom Hausdienst der Schulanlage Merlischachen.

Neben der üblichen Reinigung der Sportstätte sind

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



### 4.3 Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur

#### *Zutrittsbeschränkungen:*

- In der Trainingsinfrastruktur halten sich nur Turnerinnen und Trainerinnen in der Turnhalle Merlischachen auf (das gilt auch für den Auf- und Abbau der Geräte)
- Die Galerie darf nicht betreten werden.
- Begleitperson (Eltern, Freunde, Geschwister,) haben **keinen** Zutritt zur Halle.
- Risikogruppen gem. Kap. 2.1 haben **keinen** Zutritt.

Beim Ein- und Austritt in die Turnhalle müssen sich alle die Hände desinfizieren. Beim Einlass kontrolliert eine Trainerin das Händedesinfizieren und befragt jede Person zum aktuellen Gesundheitszustand. Für die Warteschlange am Eingang werden Markierungen für den Abstand angebracht.

Nach Abschluss der Trainingseinheit müssen die Athletinnen und Trainerinnen die Schulanlage Merlischachen sofort verlassen.

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

Im Eingangsbereich sowie an weiteren Orten im Gebäude ist das BAG-Plakat «So schützen wir uns» aufgehängt.

## 5 Trainingsformen, -spiele und -organisation

### 5.1 Trainingsgruppen und -formen

Innerhalb des gleichen Trainingsblocks dürfen zwei Trainingsgruppen (max. 5 Personen inkl. Trainerinnen) gleichzeitig in der Trainingshalle trainieren. Die Trainingsgruppen bleiben konstant. Es wird genügend räumliche Distanz zwischen den verschiedenen Trainingsgruppen eingehalten. Der Kontakt zwischen den einzelnen Trainingsgruppen ist durch eine geeignete Rotationsplanung und der Zuweisung von Geräten zu verhindern. Dies gilt auch beim Aufwärmen. Die Priorisierung und die Einteilung der Turnerinnen in Trainingsgruppen werden von der Cheftrainerin vorgenommen.

Nachdem die Turnerinnen seit mehreren Wochen nicht an den Geräten trainiert haben, ist ein langsamer, kontinuierlicher Wiederaufbau zu planen. Es wird ganz auf Hilfeleistungen der Trainer verzichtet. Die Turnerinnen trainieren nur Elemente, die sie ohne Hilfe können, um die Abstandsvorschriften einzuhalten.

### 5.2 Material

#### *Turngeräte*

Eine Reinigung/Desinfektion der Sportgeräte im Kunstturnen ist aufgrund ihrer Beschaffenheit und sicherheitstechnischen Gründen (Präparation mit Magnesia) grösstenteils nicht möglich. Darum sind die Hände bei jedem Gerätewechsel zu desinfizieren.

#### *Kleinmaterial*

Alle Turnerinnen ab P1 erhalten einen eigenen, angeschriebenen Behälter mit Magnesia. Die EP Turnerinnen verzichten auf den Gebrauch von Magnesia. Falls eine Turnerin einen Wasserspritzer braucht, muss sie diesen selbst mitbringen und anschreiben. Jede Turnerin verwendet persönliche Schweißbänder und feine Handschuhe für das Schwingen am Reck.

### 5.3 Risiko/Unfallverhalten

Durch einen langsamen, kontinuierlichen Wiederaufbau über mehrere Phasen wird das Unfall- und Verletzungsrisiko minimiert.

## 6 Kommunikation des Schutzkonzeptes

Das Schutzkonzept wird den Eltern, Trainerinnen, dem Damenturnverein Küssnacht und dem Bezirk Küssnacht per E-Mail zugestellt. Die Eltern besprechen die wichtigsten Punkte mit ihren Kindern. Beim ersten Training wird das Konzept nochmals von der Cheftrainerin erläutert. Zudem wird es auf der Website publiziert.