



## Schutzkonzept Leichtathletik-Club Dübendorf

Stand 6.6.2020

### 1 Zielsetzung

Ab dem 6. Juni 2020 ist der Trainingsbetrieb in allen Sportarten unter Vorbehalt von Schutzkonzepten wieder zulässig. Bei Sportaktivitäten, in denen ein dauernder enger Körperkontakt erforderlich ist, müssen die Trainings so gestaltet werden, dass sie ausschliesslich in beständigen Gruppen stattfinden mit Führung einer entsprechenden Präsenzliste. Als enger Kontakt gilt dabei die längerdauernde (>15 Minuten) oder wiederholte Unterschreitung einer Distanz von 2 Metern ohne Schutzmassnahmen.

Dieses Konzept basiert auf dem Schutzkonzept von Swiss Athletics. Das Schutzkonzept von Swiss Athletics wurde vom BASPO bewilligt und wurde auf der Webseite von Swiss Olympic veröffentlicht.

### 2 Gültigkeit

Das Schutzkonzept richtet sich an alle Mitglieder des Leichtathletik-Club Dübendorf (nachfolgend «LCD»). Das Konzept wurde auf die Aussensaison (bis Herbst 2020) ausgerichtet und muss gegebenenfalls durch den Vorstand auf die Verhältnisse der Wintersaison 20/21 angepasst werden.

### 3 Übergeordnete Grundsätze

#### 1. Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

#### 2. Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise und ähnlichen Situationen sind 2 Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten. Einzig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt wieder zulässig. Pro Person müssen mindestens 10m<sup>2</sup> Trainingsfläche zur Verfügung stehen.

#### 3. Gründlich Hände waschen

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

#### 4. 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 vollständige und korrekte Liste und dass diese dem/der Corona-Beauftragten in vereinbarter Form zur Verfügung steht (vgl. Punkt 5). In welcher Form die Liste geführt wird (doodle, App, Excel, usw.) ist dem Verein freigestellt.

#### 5. Bestimmung Corona-Beauftragte/r des Vereins

Jeder Verein muss eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden.

## 4 Infrastruktur

### 4.1 Platzverhältnisse / Trainingsortverhältnisse

Leichtathletikanlagen befinden sich in der Regel im Freien. Eine Leichtathletikanlage mit sechs 400m Rundbahnen verfügt beispielsweise über eine Fläche von ca. 15'000m<sup>2</sup>. Der geltende Mindestabstand und der vorgeschriebene Platzbedarf pro Person in m<sup>2</sup> kann jederzeit problemlos eingehalten werden.

Bei Indoor-Leichtathletikanlagen muss darauf geachtet werden, dass Mindestabstand und der Platzbedarf pro Person in m<sup>2</sup> vor und nach der Trainingsaktivität eingehalten werden.

#### **Social Distancing Regeln gemäss Rahmenvorgabe BAG/BASPO**

- 2m Mindestabstand zwischen allen Personen
- 10m<sup>2</sup> pro Person
- kein Körperkontakt!

Das Sommertraining des LCD findet auf den Sportanlagen Dürrbach und Eichstock statt. In den beigelegten Plänen (Anhang Pläne) sind die genauen Orte auf den Anlagen angegeben, wo welche Disziplinen trainiert werden. Gleichzeitig darf sich jeweils nur eine Trainingsgruppe an einem Trainingsort aufhalten. Siehe dazu auch die Ausführungen unter Punkt Organisation und Planung.

### 4.2 Umkleide / Dusche / Toiletten

Die Benutzung von Garderoben und Duschen bei den Leichtathletikanlagen ist untersagt. Die Athletinnen und Athleten erscheinen in der Trainingsbekleidung am Trainingsort. Allfällige Te-nuewechsel haben auf Platz zu erfolgen. Der Weg von Zuhause an den Trainingsort und zurück ist nach Möglichkeit in die Trainingsplanung einzubeziehen (Ein- bzw. Auslaufen). Die Athletinnen und Athleten betreten die Leichtathletikanlage kurz vor dem offiziellen Trainingsbeginn und verlassen diese unmittelbar nach dem Training.

Toiletten können an den Trainingsorten benutzt werden, insbesondere zur Einhaltung der Hygi-eneregeln des BAG. Den Weisungen des Anlagebetreibers ist Folge zu leisten.

### 4.3 Reinigung der Trainingsanlagen

Die Grundreinigung und Desinfektion der Leichtathletikanlage ist Sache des Anlagenbetreibers.

### 4.4 Organisation und Planung

Die Trainingsleitenden organisieren den Trainingsablauf so, dass die Einhaltung des Mindestabstandes vor und nach der Trainingsaktivität gegeben ist.

Wird der Mindestabstand von 2 Meter pro Trainingseinheit gesamthaft für mehr als 15 Minuten überschritten, ist in beständigen Gruppen zu trainieren.

Die Benutzung der Anlagen der technischen Disziplinen ist ebenfalls so einzuplanen, dass sich pro Anlage jeweils nur eine Gruppe aufhält. Sollten einmal gleichwohl zu viele Athleten/Gruppen auf der Trainingsanlage sein, sprechen sich die Trainingsleitenden vor Ort ab.

## 5 Trainingsbetrieb

### 5.1 Eintreffen Trainingsgruppen

Beim Eintreffen der Athlet/innen, werden diese direkt in ihre Trainingsgruppen (U10, U12, U14, U16 usw.) eingeteilt. Es wird darauf geachtet, dass eine Gruppe inklusive Trainer/innen 30 Personen nicht überschreitet.

## 5.2 Training

Die Trainingsleitenden organisieren den Trainingsablauf so, dass die Einhaltung der Gruppengrösse während dem Training gegeben ist. Es wird darauf geachtet, dass die Gruppenzusammensetzung in jedem Training möglichst gleichbleibt.

Bei der Instruktion oder beim Warten vor dem nächsten Einsatz, ist der Mindestabstand einzuhalten.

Bei technischen Disziplinen reihen sich die Athletinnen und Athleten unter Einhaltung des Mindestabstandes auf. Es sollen Wartezonen definiert werden.

Eigene Geräte, wenn immer möglich benutzen. Kein Austausch von Geräten, wenn nötig nur nach Desinfektion/Reinigung.

## 5.3 Anlagen

### **Eichstock:**

Velos müssen mit genügendem Abstand zwischen Materialhaus und Clubhaus abgestellt werden. Es wird darauf geachtet, dass während dem Training in beständigen Gruppen trainiert wird. Vor und nach dem Training werden die Hände entweder gründlich mit Seife gewaschen oder desinfiziert.

### **Dürrbach:**

Eingang um auf die Sportanlage zu kommen befindet sich beim grossen Parkplatz. Es wird darauf geachtet, dass während dem Training in beständigen Gruppen trainiert wird. Vor und nach dem Training werden die Hände entweder gründlich mit Seife gewaschen oder desinfiziert. Die Toiletten darf jeweils nur eine Person benutzen, dann kann der nächsten gehen.

## 5.4 Material

Jede Trainerin, jeder Trainer erhält eine Spritzpistole mit Desinfektionsmittel. Vor Trainingsbeginn müssen die Kinder die Hände waschen oder sie werden von den Trainern desinfiziert. Benutzte Trainingsgeräte (z.B. Kugeln, Disken, Speere, usw.) werden vor der Weitergabe an eine andere Person ebenfalls gereinigt oder desinfiziert.

Die Kinder müssen ein Frotteetuch an die Trainings mitbringen, das für Übungen im Sitzen, Liegen oder auf Gräten verwendet werden soll.

## 5.5 Risiko / Unfälle

In der Leichtathletik besteht generell kein besonderes Unfallrisiko. Verletzt sich ein Kind dennoch, so darf der Trainingsleitende den Mindestabstand unterschreiten. Er desinfiziert seine Hände bevor die Verletzung behandelt wird.

## 5.6 Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden

Die Trainingsleitenden führen eine Liste mit den Teilnehmenden an jeder Trainingseinheit. Da die Telefon- und E-maildaten der Teilnehmenden zentral verwaltet werden, ist der Name und die Trainingszeiten ausreichend. Wichtig ist die genaue Protokollierung der Anwesenden und in welchen Gruppen sie trainierten.

Im Anhang (Anhang Anwesenheitskontrolle) ist ein Muster der Anwesenheitskontrolle zu finden.

Die Protokolle werden mindestens einmal wöchentlich an die Technische Leiterin übermittelt und dort zentral aufbewahrt.

## 5.7 Laufgruppe

Die Laufgruppe trifft sich einmal wöchentlich zum Training. In dieser Trainingsform können die Mindestabstände gut eingehalten werden. Es wird darauf geachtet, dass eine Laufgruppe nicht mehr

als 30 Personen umfasst. Die Leiterin der Laufgruppe stellt sicher, dass eine Protokollierung der Teilnehmenden durchgeführt wird und bewahrt die Protokolle auf.

## 6 Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort und Corona-Beauftragte

Die Trainingsleitenden tragen die Verantwortung für die Umsetzung der Schutzmassnahmen. Ausserdem ist jede Athletin und jeder Athlet im Interesse der Leichtathletik und gegenüber der gesamten Bevölkerung verpflichtet, sich solidarisch und mit hoher Selbstverantwortung an das Schutzkonzept zu halten und die notwendigen Massnahmen konsequent umzusetzen.

Die Technische Leiterin gibt die Informationen zum Schutzkonzept an die Trainingsleitenden weiter und instruiert diese bei Bedarf. Sie ist die Corona Beauftragte des LCD.

## 7 Verdachtsfälle

Um die Nachverfolgung von möglichen Infektionsketten sicher zu stellen, müssen die Eltern der Teilnehmer/innen verpflichtet werden Verdachtsfälle oder positiv getestete Kinder den Trainingsleitenden zu melden. Diese informieren die Technische Leiterin. Das weitere Vorgehen wird dann nach Rücksprache mit dem BAG (Infoline +41 58 463 00 00, täglich 24 Stunden) definiert.

## 8 Grafische Darstellung von Swiss Olympic

**Rahmenvorgaben für den Sport nach Lockerung der Massnahmen**

**Spirit of Sport heisst jetzt...**

- Einhaltung der Hygieneregeln des BAG** (Icon: Hand being washed)
- Distanz halten** (10m<sup>2</sup> Trainingsfläche pro Person, wenn immer möglich 2m Abstand) (Icon: Two people with 2m distance)
- Symptomfrei im Training/Wettkampf** (Icon: Person with heart)
- Präsenzlisten** (Rückverfolgung von engen Kontakten - Contact Tracing) (Icon: Checklist)
- Verbot von Sportwettkämpfen mit engem Körperkontakt** (Icon: Wrestling with red prohibition sign)
- Schutzkonzept der Vereine und Sportanlagenbetreiber beachten** (Icon: House with lock)
- Sportveranstaltung mit max. 300 Personen** (Icon: 300 people)
- Training von Sportarten mit engem Körperkontakt in beständigen Gruppen** (Icon: Two groups of people)

**swiss olympic**

Gültig ab 6. Juni 2020