

Covid-19: Schutzkonzept des Liechtensteiner Judoverbandes (genannt LJV) zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes



I. Ausgangslage

Eine mögliche Öffnung der Trainingslokale und Trainingsbetriebe in Liechtenstein ab dem 18. Mai 2020. Aus diesem Grund verlangt die liechtensteinische Regierung, von jedem Verband ein Schutzkonzept.

II. Ziele des Schutzkonzeptes

Dieses Schutzkonzept formuliert die Leitlinien für die Clubs/Schulen, für die Sportlerinnen und Sportler sowie für Trainer/Coaches des LJV, wie sie den Sportbetrieb wieder aufnehmen können, wenn die Massnahmen bzgl. COVID-19, von der Regierung gelockert werden. Dabei steht der Schutz aller Beteiligten und Betroffenen an erster Stelle. Ferner ist es wichtig, evtl. infizierte Sportler/innen und deren Kontakte, möglichst schnell nachvollziehen zu können.

III. Verantwortlichkeiten

Der LJV sieht dieses Schutzkonzept als Rahmenbedingung für die Vereine/Clubs und Schulen. Im Rahmen der Verbandsverantwortung, verlangt der LJV von seinen angeschlossenen Vereinen, ein detailliertes Umsetzungskonzept. Damit soll gewährleistet werden, dass die Massnahmen mitgetragen und eingehalten werden. Grundsätzlich gilt, dass sich die Mitglieder des LJV diszipliniert und vorbildlich verhalten und sich – nicht nur im sportlichen Bereich – an die von den Behörden empfohlenen Massnahmen halten. Alle minderjährigen Sportler/innen müssen eine Einverständniserklärung des Erziehungsberechtigten vorweisen. Der LJV zählt auf die Solidarität und Selbstverantwortung aller Mitglieder!

IV. Grundvoraussetzungen

Den Rahmen dieses Schutzkonzeptes bilden die folgenden Punkte:

1. Einhaltung der Hygieneregeln des BAG und der Regierung Liechtensteins.
2. Social-Distancing (2m Mindestabstand zwischen allen Personen; 10m² pro Person; kein Körperkontakt)
3. Maximale Gruppengrösse gemäss behördlicher Vorgabe (aktuell 5 Personen). Wenn möglich, gleiche Gruppenzusammensetzung und Protokollierung der Teilnehmenden, zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
4. Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben des BAG und der liechtensteinischen Regierung beachten.

Sobald die Grundvoraussetzungen ändern, gilt das auch für das vorliegende Konzept.

V. Vorbemerkungen

Der LJV ist von den Verordnungen der Regierung besonders betroffen. Als Kontaktsportart ist es ausgeschlossen, die Empfehlungen des Bundes (2 Meter Abstand) bei Ausübung des normalen Technik- und Kampftrainings (Zweikampfsituation) einzuhalten. Deshalb haben sich die Verantwortlichen des LJV mit alternativen Trainingsprogrammen und -formen auseinandergesetzt. Daraus resultieren Trainingspläne ohne Kampftraining, welche vor allem allgemeines und spezifisches Konditions- und Koordinationstraining sowie technisches Training, mit imaginären Partnern, umfassen. In absehbarer Zeit muss jedoch – insbesondere für die Elite-Leistungssportler - ein normales Kampftraining wieder möglich sein.

Covid-19: Schutzkonzept des Liechtensteiner Judoverbandes (genannt LJV) zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes



VI. Breitensport

1. Risikobeurteilung und Triage, Krankheitssymptome

- Sportlerinnen und Sportler und Trainer/Coaches mit (auch minimen) Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Sie rufen ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen.
- Trainer und Verantwortliche des Trainingsbetriebes (vgl. unter 5) sind umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.
- Personen, welche einer Risikogruppe angehören könnten, wird vom Besuch des Trainings abgeraten, bzw. dringend zu einer (sport)ärztlichen Abklärung geraten.

2. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

- Die Sportlerinnen und Sportler sollen maximal 5 Minuten vor dem Training individuell zu Fuss, mit dem Fahrrad oder mit dem eigenen Auto zum Trainingslokal kommen. Öffentliche Verkehrsmittel und Sammeltransporte sind zu vermeiden.
- Die Sportlerinnen und Sportler sollen das Lokal spätestens 5 Minuten nach Beendigung des Trainings verlassen haben.

3. Infrastruktur

a. Trainingsortverhältnisse

- Aufgrund der Bedingung des Platzbedarfs von 10m² pro Person und der Personenanzahl (momentan maximal 5 Personen), sind Trainingsgruppen und Trainingszeiten gestaffelt und strukturiert zu organisieren.
- Bei grosszügigen Platzverhältnissen können, unter Einhaltung o. e. Richtlinien (10m² pro Person), auch zwei oder mehr Trainingsflächen eingerichtet werden. Diese sind zu markieren und abzutrennen. Dazwischen ist ein Sicherheitsabstand von mindestens 2m zu halten. Zwischen den Gruppen und Trainingsflächen erfolgt kein Personenwechsel. Die Gruppen betreten und verlassen die Trainingsflächen gestaffelt.
- Die Verantwortlichen der Clubs/Schulen organisieren ein funktionierendes Reservationssystem (Doodle, digitaler Terminkalender oder ähnliches), um die maximale Gruppengrösse garantieren zu können.
- Maximale Lüftung und/oder Fenster öffnen, damit Aerosole weggelüftet werden.
- Die Gruppen sind klar räumlich voneinander getrennt

b. Umkleide/Dusche/Toiletten

- Vor Ort werden weder Garderoben noch Duschen zur Verfügung gestellt. Alle kommen bereits umgezogen ins Training.
- Toiletten werden nur im Notfall benutzt. Es stehen Desinfektionsmittel bereit.

c. Reinigung der Matte und Geräte

- Alle benutzten Räume, Installationen und Geräte werden täglich vor Trainingsbeginn gereinigt und mit Flächendesinfektionsmitteln desinfiziert.
- Die Matte wird nach jedem Training, mit den entsprechenden Mitteln, gereinigt.
- Ebenfalls werden benutzte Toiletten sowie benutzte Geräte nach jeder Lektion gereinigt.
- Krafttrainingsgeräte und andere Hilfsmittel, die nicht individualisiert sind, müssen nach jedem Personenwechsel gereinigt werden.
- Kontaktflächen (Türklinken etc.) werden vor und nach jedem Training desinfiziert.

Covid-19: Schutzkonzept des Liechtensteiner Judoverbandes (genannt LJV) zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes



- Es stehen keine Abfalleimer zur Verfügung. Abfall ist Zuhause zu entsorgen.

d. Verpflegung

- Es wird keine Verpflegung in den Lokalen angeboten. Die Sportlerinnen und Sportler versorgen sich selbst (angeschriebene Trinkflasche, etc.).

e. Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur

- Am Eingang wird kontrolliert, dass nur die angemeldeten Sportlerinnen eingelassen werden. Eltern oder andere Begleitpersonen können ihre Kinder bis dorthin bringen und nach dem Training wieder abholen. Die minimalen Abstände müssen zu jeder Zeit respektiert werden.
- Es empfiehlt sich, Sektoren zu kennzeichnen (z.B. Klebeband).
- Zwischen zwei Lektionen muss eine Pause von mindestens 15 Minuten geplant werden, damit ein gestaffelter Gruppenwechsel und die Reinigung der Tatami /Judomatte gewährleistet werden kann.

4. Trainingsformen und -organisation

a. Einhalten der übergeordneten Grundsätze in angepassten Trainings-, bzw. Übungsformen

- Mit der gebuchten und bestätigten Trainingsteilnahme, akzeptieren die Sportlerinnen und Sportler, die jeweils aktuell geltenden übergeordneten Grundsätze (Distanz, Hygienemassnahmen etc.).
- Die Teilnehmenden bleiben während des Trainings in ihrem gekennzeichneten Sektor der Trainingsfläche.
- In der ersten Phase werden nur Einzelübungen gemacht.
- Das Schwergewicht liegt im Training der konditionellen und koordinativen Grundlagen, Ukemi (Fallschule) sowie des Techniktrainings in der Form von Tandoku-renshu (Üben mit einem imaginären Partner).
- Der SJV zeigt auf seiner Homepage viele gute Beispiele dazu und führt empfohlene Links auf.

b. Material

- Alle bringen - wo nötig - ihr eigenes Trainingsmaterial (z.B. Springseile etc.) mit und erscheinen in einem frisch gewaschenen Judogi/Ju-Jitsugi oder Trainingsbekleidung, gemäss Angaben der Trainer/Coaches.
- Benutztes Trainingsmaterial der Vereine, wird im Anschluss an die Trainingseinheit desinfiziert.
- Alle haben ein Händedesinfektionsmittel dabei, um sich vor und nach dem Training, Hände und Füsse zu desinfizieren.
- Kein Materialverkauf im Dojo. Onlinelösung wird empfohlen.

c. Risiko/Unfallverhalten

- Durch die Reduktion des Trainings auf Übungen ohne Partner, wird das Risiko von Verletzungen stark reduziert. Es gelten die allgemeinen Verhaltensregeln im Zusammenhang mit der Trainingsgestaltung.
- Es ist auf Übungen zu verzichten, bei denen Hilfestellungen mit Kontakt seitens des Trainers, notwendig wären.

Covid-19: Schutzkonzept des Liechtensteiner Judoverbandes (genannt LJV) zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes



d. Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden

- Für jedes Training muss eine Präsenzliste geführt werden. Es wird auf die Vorgaben von J+S verwiesen.

5. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

Überwachung, Commitment und Rollenklärung

Die Umsetzung erfolgt durch die Clubs/Schulen. Deshalb sind deren Präsidenten/Leiter für die Umsetzung verantwortlich. Sie können die Umsetzung an die Technischen Leiter, die Cheftrainer oder andere Funktionen delegieren. Die Verantwortung vor Ort tragen die Trainer/Coaches. Das gilt nicht nur für das Training, sondern auch für die Abläufe neben der Matte.

Die Präsidenten/Leiter der Clubs/Schulen sind verantwortlich, dass das Schutzkonzept mit den Lokalbetreibern besprochen und nötigenfalls auf die konkreten Umstände angepasst wird.

Es wird empfohlen, pro Dojo (Übungslokal) eine Person zu benennen, welche für die Instruktion von Trainern/Coaches und Teilnehmenden sowie für die Einhaltung aller Vorgaben verantwortlich ist.

Die Präsidenten/Leiter der Clubs/Schulen haben dem LJV mitzuteilen, wenn sie den Trainingsbetrieb wieder aufnehmen. Der LJV kann überprüfen, ob das Konzept korrekt umgesetzt wird. Als Grundlage für eine Wiederaufnahme gilt ein entsprechendes, vom LJV kontrolliertes Umsetzungskonzept.

Die Trainer/Coaches haben das Recht, Sportlerinnen und Sportler, welche die Regeln nicht einhalten, vom Training auszuschliessen. Bei Minderjährigen sind die gesetzlichen Vertreter zu informieren.

6. Kommunikation des Schutzkonzeptes

Das Konzept wird nach seiner Plausibilisierung wie folgt kommuniziert:

- Durch das Sekretariat des LJV an alle Clubs und Schulen. Es wird eine aktive Rückbestätigung des Erhalts eingefordert. Das wird auch den Clubs/Schulen dringend empfohlen bei der Information ihrer Mitglieder.
- Auf der Website des LJV; Clubs/Schulen wird dringend empfohlen, das Konzept auch auf ihren Websites zu veröffentlichen.

Der LJV unterstützt seine Mitglieder bei der Umsetzung der Massnahmen.

Covid-19: Schutzkonzept des Liechtensteiner Judoverbandes (genannt LJV) zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes



Für den Liechtensteinischen Judo Verband

Datum, Ort
06. Mai 2020, Ruggell

Esther Büchel
Vize Präsidentin

Datum, Ort
06. Mai 2020, Ruggell

David Büchel
Sportdirektor

Datum, Ort
06. Mai 2020, Küsnacht am Rigi

Holger Scheele
Nationaltrainer