

COVID-19 Schutzkonzept von Speedskating Liechtenstein

1. Ausgangslage

Das vorliegende Covid-19 Schutzkonzept von Speedskating Liechtenstein (SSL) soll aufzeigen, wie der Trainingsbetrieb vom Verein SSL unter Einhaltung der übergeordneten Grundsätze, d.h. der Einhaltung der Hygieneregeln des Gesundheitsministeriums, des Social-Distancing, des Versammlungsverbots von mehr als 5 Personen und dem Schutz der besonders gefährdeten Personen schrittweise wieder aufgenommen werden kann.

Dieses Schutzkonzept wird kontinuierlich an die jeweils aktuellen Rahmenvorgaben der Regierung, des Liechtenstein Olympic Committee (LOC) sowie den Vorgaben des Bundesamts für Sport (BASPO) angepasst.

Zur Klarstellung: Der Inhalt dieses Dokuments ist fast identisch mit dem Schutzkonzept von Swiss Speedskating (Internet: <https://www.swissolympic.ch/dam/jcr:59157eb9-8cc1-4373-8fe6-333e63d025d0/Schutzkonzept%20Swiss%20Speedskating.pdf>) und wurde lediglich auf die Liechtensteiner Gegebenheiten (beispielsweise keine Profi-Trainer, keine Stützpunkte, etc.) angepasst. Das Schweizer Konzept wurde am 27. April 2020 ans BASPO und dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) übermittelt und auf der Internetseite von Swiss Olympic veröffentlicht.

2. Schutzkonzept

Rahmenvorgaben von Swiss Olympic, BASPO und BAG (detailliert im Anhang) müssen eingehalten werden.

- Gruppen von mehr als 5 Personen sind verboten
- Mindestabstand 2-Meter
- Hygienevorschriften BAG

Zielsetzung

- Wir halten uns an alle Vorschriften.
- Wir verhalten uns vorbildlich.
- Für die Sportler und Trainer möchten wir klare Regeln, damit jeder weiss, was er machen darf und was nicht.
- Die Verantwortung und Umsetzung liegt beim Verein Speedskating Liechtenstein.

3. Vorgaben

1. Sportlerinnen und Sportler sowie Trainer (Coaches) mit Krankheitssymptomen bleiben zu Hause. Die Trainingsgruppe ist umgehend zu informieren. Dies gilt auch, wenn Personen, die im gleichen Haushalt leben, Krankheitssymptome aufweisen. Ebenfalls rufen sie ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen.
2. Bei der Anreise zu den Trainingsstätten sind die Vorsichtsmassnahmen (Mindestabstand, Gesichtsmaske im ÖV) einzuhalten. Empfohlen wird die Anreise mit Velo, zu Fuss oder mit Privatauto. Es soll auf Fahrgemeinschaften verzichtet werden.
3. Die maximale Anzahl Personen, die sich an einem Trainingsort aufhalten dürfen, richtet sich nach der zur Verfügung stehenden Grundfläche des Trainingsplatzes. Der minimale Platzbedarf von 10m² pro Person muss eingehalten werden. Dies gilt ebenso für den Ort des Treffpunktes für ein Training, welches auf der Strasse und Velowegen durchgeführt wird.
4. Das Training findet auf öffentlich zugänglichen Strassen, Radwege und Orte statt.
5. Von Garderoben wird kein Gebrauch gemacht. Die Teilnehmer eines Trainings erscheinen in Trainingskleidung. Nach dem Training geht man möglichst rasch nach Hause.
6. Um die einzuhaltende Gruppengrösse von 5 Personen zu gewährleisten, wird das Training gestaffelt durchgeführt bzw. es gibt 5er Trainingsgruppen. Die Wiederaufnahme der Trainings in grösseren Gruppen erfolgt nach den Richtlinien der Regierung. Wenn möglich sollen in den ersten 3 Wochen immer dieselben Sportler zusammen trainieren.
7. Die Fokussierung der Trainingsinhalte liegt auf Inhalten ohne Körperkontakt. Jeder Sportler nutzt nur privates Trainingsmaterial und Schutzausrüstung. Ein Desinfektionsmittel gehört in die Trainingstasche. Der Abfall wird zu Hause entsorgt. Die Trainingshilfsmittel (z.B. Hütchen) werden vom Trainer ins Training mitgebracht und müssen nach jedem Training gereinigt und desinfiziert werden.
8. Das Unfallrisiko wird minimiert aufgrund angepasster Übungen.

9. Jeder Trainer protokolliert die Trainingsteilnehmer und stellt diese Liste auf Anfrage dem Verband oder der zuständigen Behörde zur Verfügung. Die Rückverfolgung der Teilnehmenden muss gewährleistet sein.

10. Alle Trainingsteilnehmer müssen sich obligatorisch beim Trainer für das Training anmelden.

4. Verantwortlichkeit und Umsetzung vor Ort

Alle Beteiligten verhalten sich solidarisch und mit hoher Selbstverantwortung. Man hält sie sich an das Schutzkonzept.

4.1 Vorstand, Trainerinnen und Trainer

- Hat die Verantwortung für die Umsetzung und Kommunikation des Schutzkonzeptes in seiner Trainingsinfrastruktur
- Plant unter Einbezug seiner Trainer die Trainingsorganisation (Trainingsblöcke/Trainingszeiten, max. Anzahl Trainingsgruppen pro Trainingsblock) und die Zusammensetzung der Trainingsgruppen.
- Informiert die betroffenen Personen über die getroffenen Massnahmen für die Einhaltung des Schutzkonzeptes.
- Überprüft und überwacht die Einhaltung des Mindestabstandes.
- Aktives Eingreifen erfolgt nur, wenn zwingend notwendig ist (mit den entsprechenden Schutzmassnahmen: Maske, Handschuhe) bei Gefahr für einen Athleten oder eine Athletin.

4.2 Athleten und Athletinnen

- Vermeiden Verletzungen durch Verzicht auf unnötiges Risiko.

4.3 COVID-19 Verantwortlicher

- Thomas Näf | T +41 79 291 57 80 | E-Mail thomas.naef@speedskating.li

5. Kommunikation und Inkrafttreten des Schutzkonzeptes

Das Covid-19 Schutzkonzept von Swiss Speedskating wurde am 05.05.2020 an den LEIV zur Weiterleitung an den LOC übermittelt.

Das Schutzkonzept wird wie folgt kommuniziert:

- Versand per E-Mail an alle Vereinsmitglieder
- Veröffentlichung auf der Webseite von SSL (www.speedskating.li) und Hinweis hierauf auf der Facebook-Seite <https://www.facebook.com/Speedskating.LIE>

Dieses Covid-19 Schutzkonzept tritt am 10. Mai 2020 in Kraft.

SPEEDSKATING LIECHTENSTEIN

Thomas Näf
Präsident

Rahmenvorgaben für Schutzkonzepte in Sportaktivitäten

Ausgangslage

Der Bundesrat hat im Rahmen der Beschlüsse vom 16. April 2020 das Departement für Verteidigung, Bevölkerungsschutz und Sport (VBS) beauftragt, ein Konzept zur Lockerung der Massnahmen im gesamten Bereich des Sports zu erarbeiten. Das Konzept soll aufzeigen, wie im Rahmen der nach wie vor geltenden, übergeordneten Schutzmassnahmen Sporttrainings im Breiten- und Leistungssport wieder stattfinden können.

Zu den aktuell übergeordneten Massnahmen gehören das Versammlungsverbot, das Verbot von Vereinsaktivitäten, die Schliessung von Freizeit- und Sporteinrichtungen sowie die Empfehlungen des BAG. Das Bundesamt für Sport (BASPO) hat in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG), dem Dachverband des Schweizer Sports (Swiss Olympic), den Kantonen und Städten, der Arbeitsgemeinschaft städtischer Sportämter (ASSA), sowie mit Vertreterinnen und Vertretern weiterer Sportverbände, Ligen Rahmenvorgaben erarbeitet.

Der Bundesrat wird am 29. April 2020 im Rahmen der Revision der Covid-2-Verordnung über die Umsetzung (Umfang, Termine) der Lockerung im Sport entscheiden.

Zielsetzung von «Schutzkonzepten» im Sport

Ziel ist es, die schrittweise Wiederaufnahme der Trainings- und Bewegungsaktivitäten von Sportorganisationen unter Einhaltung der gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (BAG, vgl. Anhang) zu ermöglichen. Voraussetzung dazu ist, dass jede Organisation und Einrichtung über ein Schutzkonzept verfügt. Grundlage für diese Schutzkonzepte bilden die vorliegenden Rahmenvorgaben und der davon abgeleiteten Grobkonzepte von Sportverbänden. Die Verantwortung zur Umsetzung der jeweiligen Schutzkonzepte liegt bei den einzelnen Organisationen und den Coaches sowie den Sportlerinnen und Sportlern. Eine Abstimmung zum Schutzkonzept «Sport in der Schule» und dem «Schutzkonzept für Hallen- und Freibäder» ist vorgesehen.

Die vorliegenden Rahmenvorgaben werden kontinuierlich der aktuellen COVID-19 Verordnung und den entsprechenden Massnahmen des Bundesrates angepasst und revidiert. Dabei ist zentral, dass die Schutzkonzepte des Sports glaubwürdig und kohärent formuliert sind und die einzelnen Lockerungsschritte im Bereich Sport auf die Vorgaben des Bundesrates zur Lockerung der Massnahmen insgesamt abgestimmt werden. Nur so werden die Sportgemeinschaft und letztlich auch die Bevölkerung die Massnahmen weitertragen. Wichtig ist auch die Abstimmung zwischen Sportanlagenbetreibern und Sportnutzern.

Zusammenfassung übergeordneter Grundsätze (vgl. Anhang)

Schutzkonzepte haben sich daran auszurichten, die allgemeinen Grundsätze zur Weiterverbreitung des Coronavirus auch im Zusammenhang mit Sportaktivitäten umzusetzen: Diese Grundsätze sind:

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

Inhaltliche Vorgaben zur Struktur des Schutzkonzeptes

1. Risikobeurteilung und Triage

- 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.

2. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

- a. An- und Abreise zum Trainingsort
Die Gestaltung der An- und Abreise zum Trainingsort soll beschrieben werden. Berücksichtigt werden kann u. a. die Nähe zum Wohnort, die Nutzung individueller Verkehrsmittel und der Hinweis zur Vermeidung der Nutzung des öffentlichen Verkehrs.

3. Infrastruktur

- a. Platzverhältnisse/Trainingsortverhältnisse
Hier muss ausgewiesen werden, inwiefern die Einhaltung der Distanzregelung und der minimale Platzbedarf von 10m² pro Person eingehalten werden können. Dabei wird nicht zwischen Indoor- und Outdooraktivitäten unterschieden.
- b. Umkleide/Dusche/Toiletten
Konzept zur Nutzung bzw. zum Verbot der Nutzung der Nasszellen. Es sollten keine Garderoben vor Ort zum Gebrauch angeboten werden. Konkrete Hinweise an die Teilnehmenden wie zum Training zu erscheinen ist, sollen dargelegt werden (bspw. Umgekleidet ins Training kommen; nach dem Training möglichst rasch nach Hause gehen).
- c. Reinigung (der Sportstätte)
Reinigungskonzept, welches die Hygienemassnahmen im Besonderen unterstützt und deren Einhaltung ermöglicht. In Absprache mit den Sportanlagenbetreibern.
- d. Verpflegung (z. B. Café in Tenniscenter, Automaten etc.)
Hier gelten die Vorgaben des Bundes für die Gastronomie.
- e. Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur
An dieser Stelle muss beschrieben werden, wie die Zugänglichkeit unter Berücksichtigung der Distanzregelung organisiert wird, wie die einzuhaltende Gruppengrösse berücksichtigt wird und welche zeitliche Staffelung vorgesehen ist. Zum Beispiel durch das Auf- oder Umstellen von Abstandmarkierungen etc.
- f. Verteilung von mehreren Gruppen in grösseren Sportanlagen inkl. Wasserflächen (jeder Gruppe ihre Halle oder ihren Sportplatz, bzw. ihren klar abgegrenzten Trainingsbereich).

4. Trainingsformen, -spiele und -organisation

Es muss zwischen Breitensport, Leistungs-/Spitzensport und Teamtraining differenziert werden.

- a. Einhalten der übergeordneten Grundsätze in adäquaten oder angepassten Trainings-, bzw. Übungsformen
*Plausibilisierung der Machbarkeit der Ausübung der Sportart ohne Körperkontakt. Inwiefern werden konkret Organisationsformen in Kleingruppentrainings und/oder Staffelung der Trainingsteilnehmenden organisiert. Welche Fokussierung der Trainingsinhalte (u. a. Grundlagentraining vor Spezialisierungen und Individualtraining vor Gruppentraining, etc.) wird umgesetzt.
Eine sportartspezifische Umsetzung der Einhaltung der Abstandsregelung muss erläutert werden.
Festhalten des Umgangs mit vulnerablen Personen in den Trainingsgruppen oder in der Trainingsorganisation.
Für Teamtrainings in Originalbesetzung (grösser als 5 Personen) müssen die Quarantänevorschriften beachtet werden.*
- b. Material
Das Nutzen privater Geräte steht im Vordergrund. Es muss ausgewiesen werden, inwiefern sichergestellt wird, dass das zu benutzende Material desinfiziert wird. Weiter muss sichergestellt sein, dass genügend Material zur Verfügung steht, so dass während des Trainingsbetriebs jede Person, wenn möglich, individuelle Geräte nutzen kann.
- c. Risiko/Unfallverhalten
Umsetzungsstrategien zur Minimierung des Unfallrisikos müssen sportartspezifisch dargestellt werden.
- d. Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden
Die Rückverfolgung der Teilnehmenden muss gewährleistet sein und die entsprechende Umsetzung muss beschrieben werden.

5. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

- Überwachung, Commitment und Rollenklärung
*Hier muss beschrieben werden, wie genau die gesamten Schutzmassnahmen vom Sportorganisator kontrolliert und überwacht werden (d. h. von wem? durch wen? etc.).
Es muss festgehalten werden, dass alle Beteiligten sich solidarisch und mit hoher Selbstverantwortung an das Schutzkonzept halten.
Es muss dargestellt werden, welche Rollen und Aufgabenbereiche bzw. Handlungsspielräume Coaches sowie Sportlerinnen und Sportlern zukommen (vgl. Punkt 6 Kommunikation des Schutzkonzeptes).*

6. Kommunikation des Schutzkonzeptes

- Hierbei muss ein detailliertes Kommunikations- und Umsetzungskonzept beschrieben werden, wie das entsprechende Schutzkonzept innerhalb des Sportverbandes bis hin zu den Vereinen kommuniziert wird. Die Sportinfrastrukturanbieter müssen im Prozess involviert sein.

Die Schutzkonzepte sind bei der Fachgruppe BAG/BASPO einzureichen:

walter.mengisen@baspo.admin.ch

Anhang



Abstand halten

Halten Sie Abstand zu anderen Menschen. Eine Ansteckung mit dem neuen Corona Virus kann erfolgen, wenn man zu einer erkrankten Person weniger als zwei Meter Abstand hält. Indem Sie Abstand halten, schützen Sie sich und andere vor einer Ansteckung.

Einhalten der Distanz sowohl für Sportaktivitäten draussen und wie in Sport- und Trainingshallen. 10 Quadratmeter pro Person oder 2m Distanz.

Aktivitäten und Training in Kleingruppen bis max. 5 Personen

Abstand halten im öffentlichen Verkehr

Der ÖV ist wichtig für eine funktionierende Wirtschaft. Und viele Menschen sind auf ihn angewiesen. Das Grundangebot bleibt deshalb bestehen. Benutzen viele Personen ein öffentliches Verkehrsmittel gleichzeitig, können sie nicht genügend Abstand voneinander halten. Sie riskieren dann, sich mit dem neuen Corona Virus anzustecken.

- Verzichten Sie auf Fahrten mit dem ÖV
- Nutzen Sie für den Trainingsweg wo immer möglich den Langsamverkehr (zu Fuss, Fahrrad, E-Bike)
- Sind Sie dennoch auf ÖV angewiesen, halten Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln ein



Gründlich Hände waschen: Vor und nach dem Training!

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Indem Sie Ihre Hände regelmässig mit Seife waschen, können Sie sich schützen. Trocknen Sie sie mit einem sauberen Handtuch, wenn möglich mit einem Wegwerf-Papiertuch oder einer einmal benutzbaren Stoffhandtuchrolle.

Was muss ich noch beachten?

Am besten tragen Sie keine Ringe. Falls Sie einen Ring tragen: Ziehen Sie ihn vor dem Händewaschen aus, reinigen Sie ihn mit Seife und trocken Sie ihn gut.

Pflegen Sie Ihre Haut: In lädiertes Haut können sich richtige «Mikrobennester» bilden. Verwenden sie zur Pflege der Haut eine Feuchtigkeitscreme.



Händeschütteln vermeiden

Je nachdem, was wir gerade angefasst haben, sind unsere Hände nicht sauber. Ansteckende Tröpfchen aus Husten und Niesen können sich an den Händen befinden. Sie gelangen an Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt. Darum ist es wichtig, das Händeschütteln zu vermeiden. Gegen Ansteckung können wir uns schützen, indem wir:

- Keine Hände schütteln; auf Sportrituale mit Berührungen verzichten
- Auf Begrüssungsküsse verzichten
- Nase, Mund und Augen besser nicht berühren