

## 1 Ausgangslage

Ab dem 6. Juni 2020 ist der Trainingsbetrieb in allen Sportarten unter Einhaltung von vereinspezifischen 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.

Der Schutz und die Gesundheit aller hat nach wie vor oberste Priorität.

## 2 Grundsätze

Die folgend aufgeführten Punkte sind zwingend einzuhalten. Bei Nichteinhaltung sind die leitenden Personen weisungsbefugt. Bei Missachtung respektive Verletzung der formulierten Grundsätze kann ein Ausschluss aus dem Trainingsbetrieb durch die leitenden Personen veranlasst werden. In einem solchen Fall sind bei Jugikindern die Eltern und die Präsidentin zu informieren.

### 2.1 Krankheitssymptome und Risikogruppen

Wer sich krank fühlt, bzw. Symptome wie Fieber und Husten aufweist, hat keinen Zutritt bzw. erscheint nicht zum Training. Diese Personen bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

### 2.2 Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten.

Einzig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt in allen Sportarten wieder zulässig. Als enger Kontakt gilt dabei die längerdauernde (>15 Minuten) oder wiederholte Unterschreitung einer Distanz von 2 Metern ohne Schutzmassnahmen.

### 2.3 Gründliches Händewaschen

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.

### 2.4 An- und Abreise zum Training

Nach Möglichkeit wird auf die An- und Abreise mit den ÖV verzichtet. Die An- und Abreise sollte mit individuellen Transportmitteln (Velo, Motorrad, Auto, ...) oder zu Fuss erfolgen. Auf Fahrgemeinschaften ist aufgrund der Abstandsregel zu verzichten, insbesondere wenn diese Fahrgemeinschaften «familienübergreifend» stattfinden.

### 2.5 Umkleide und Duschen

Die Umkleieräume wie auch die Duschen sind geschlossen. Alle am Trainingsbetrieb beteiligten Personen erscheinen in Sportkleidung zum Training und duschen zu Hause.

### 2.6 Zutrittsbeschränkung

In der Trainingsinfrastruktur halten sich nur die für den Turnbetrieb notwendigen Personen auf, Begleitpersonen und Aussenstehende (Eltern, Freunde, ...) haben keinen Zutritt zum Mehrzweckgebäude. Das Abholen der Jugikinder findet bei den Parkplätzen statt. Beim Eintritt in die Trainingsinfrastruktur müssen sich alle Personen die Hände desinfizieren.

## 2.7 Verhalten während dem Training

- Grundsätzlich wird individuell trainiert, auf Formations- und Gruppentrainings soll verzichtet werden.
- Auf das Erlernen und Ausführen von komplexen und risikohaften Bewegungsabläufen soll verzichtet werden.
- Grundsätzlich wird auf eine direkte Hilfestellung verzichtet, diese erfolgt hauptsächlich verbal.
- Ist eine direkte Hilfestellung notwendig, so sind die Hilfe stellenden Personen zum Tragen einer Schutzmaske sowie Handschuhen verpflichtet.
- Um Verunreinigungen/Kontaminierungen der Turngeräte zu vermeiden, ist auf das Trainieren mit freiem Oberkörper zu verzichten.

## 2.8 Infrastruktur

Innerhalb der gleichen Trainingszeit dürfen mehrere Trainingsgruppen gleichzeitig in der Trainingsinfrastruktur trainieren, sofern bezogen auf die Grundfläche der Räumlichkeiten der minimale Platzbedarf von 10m<sup>2</sup> pro Person eingehalten wird. Der Kontakt zwischen den einzelnen Trainingsgruppen ist durch eine geeignete Rotationsplanung zu verhindern (z.B. eine Gruppe am Reck und eine Gruppe am Boden, oder am Weitsprung und Wurftraining etc.). Innerhalb der Trainingsgruppe muss zwischen den Personen immer ein Abstand von 2m eingehalten werden.

- Turnhalle > maximal 20 Personen inkl. Leiter (22.95m x 11.8m = 270.81 m<sup>2</sup>)
- Bühne > maximal 5 Personen inkl. Leiter (8.06m x 11.8m = 95 m<sup>2</sup>)
- Roter Platz > maximal 20 Personen inkl. Leiter
- Rasenplatz > maximal 25 Personen inkl. Leiter

## 2.9 Trainingsformen, -spiele und -organisation

Die Turnerinnen und Turner trainieren grundsätzlich individuell. Auf Formations- und Gruppentrainings soll verzichtet werden. Der Fokus liegt auf Aktivitäten (Basistraining) wie Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Sportartspezifische Inhalte.

Wo immer möglich sind die eigenen Geräte (Gymnastik-Bänder, Bälle, etc.) zu verwenden. Falls nicht möglich, sind die Geräte nach der Verwendung durch die jeweiligen Turnerinnen und Turner mit Desinfektionsmittel zu reinigen. Sofern im Stationen-Training mit Rotationsprinzip gearbeitet wird, sind die Hände vor dem Betreten jeder Station zu desinfizieren.

## 2.10 Risiko/Unfallverhalten

Es ist auf das Erlernen und Ausführen von komplexen und risikohaften Bewegungsabläufen zu verzichten. Der Fokus liegt auf einen langsamen, kontinuierlichen Wiederaufbau. Sollten z.B. aufgrund einer Verletzung Blutspuren an einem Gerät entstehen, so sind diese Spuren unverzüglich durch den Verursacher mittels Desinfektionsmittel zu reinigen.

## 2.11 Wartezeiten

Um zu verhindern, dass sich beim Wechsel der Trainingsgruppen und Riegen zu viele Personen treffen, wird es verschiedene Wartezeiten geben. Die Gruppen, welche ihr Training beendet haben, gehen gestaffelt in ihren Gruppen beim Ausgang hinaus. Allfällige Markierungen sind einzuhalten.

### 3 Trainingsbetrieb

Damit der Trainingsbetrieb durchgeführt werden kann, müssen alle leitenden Personen die folgenden Aufgaben ausführen:

- Es ist pro Training eine namentliche Liste der einzelnen Trainingsteilnehmer und der entsprechenden Trainingszeiten zu führen. Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können.
- Reinigung der verwendeten Geräte nach Trainingsschluss
- Für das einzelne Training erstellt der zuständige Riegenleiter ein separates Konzept

#### 3.1 Turnzeiten

Wer	Verantwortlich	MO	DI	MI	DO	FR
Kitu	Tamara Steiner	17.00 – 18.00				
Jugi klein	Tanja Bertschi					18.30 – 20.00
Jugi gross	Philipp Fretz	18.30 – 20.00				
Getu	Thomas Wälti		17.00 – 20.00			
Aktive	Fabienne Friedli		20.15 – 22.00	20.15 – 22.00		

#### 3.2 Trainingsinhalte Leichtathletik

- Der Fokus liegt auf der Technik
- Das Training der einzelnen Disziplinen findet wetterabhängig draussen statt

#### 3.3 Trainingsinhalte Geräteturnen

- Grundsätzlich kein Körperkontakt
- Auf eine direkte Hilfestellung ist zu verzichten, hauptsächlich verbale Korrekturen
- Ein aktives Eingreifen erfolgt nur wenn dies zwingend notwendig ist (mit den entsprechenden Schutzmassnahmen) bzw. wenn eine Gefahr für die Turnerinnen und Turner besteht.

#### 3.4 Trainingsinhalte Aerobic

- Der Fokus liegt auf der Technik und den Grundsritten
- Weiter soll der Wiederaufbau der Kondition erfolgen
- Es werden keine Partnerakrobatikübungen durchgeführt

#### 3.5 Trainingsinhalte übriges

- Grundsätzlich Stationen-Training
- Kraft- und Dehnübungen verteilt auf die verfügbare Fläche
- Konditionstraining
- Spiele sind dann erlaubt, wenn der Abstand von 2m eingehalten werden kann (z.B. Badminton)

#### 3.6 Entsorgung von Masken und Handschuhen

Die Entsorgung von benutzten Masken und Handschuhen erfolgt in den dafür zur Verfügung gestellten Abfallbehältnissen.

## 4 Rollen- und Aufgabenteilung

Was	Turnverein	Gemeinde/Hauswart
Bereitstellung Desinfektionsmittel Eingänge		x
Bereitstellung Desinfektionsmittel für während Turnbetrieb	x	
Reinigung Handläufe		x
Reinigung Türfallen	x	
Reinigung Turngeräte	x	
Leerung Abfallbehältnisse		x
Bereitstellung Schutzmasken	x	
Bereitstellung Handschuhe	x	

Die Reinigung der Türfallen (Zugang Turnhalle, allenfalls Türe Richtung Rasen) sowie die Reinigung der Turngeräte erfolgt jeweils nach dem Training.

## 5 Corona-Beauftragte

Im Zuge der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes muss eine Person als Corona-Beauftragte/r bestimmt werden. Bei unserem Verein ist dies Christa Leuenberger. Bei Fragen darf man sich direkt an sie wenden (tvbottenwil@gmail.com).

## 6 Inkraftsetzung

Dieses Schutzkonzept basiert auf dem Schutzkonzept Stand 13. Mai 2020. Es gilt für alle dem STV Bottenwil unterstellten Riegen.

Die Rahmenvorgaben können sich je nach Entwicklung der Pandemie verändern. Neue, aktualisierte Vorgaben des Schweizerischen Turnverbandes und des Bundesamtes für Sport werden laufend eingebaut und berücksichtigt.