

Anhang zum Schutzkonzept Covid-19 Swiss-Ski - Nordisch (Langlauf, Nordische Kombination Skisprung, Biathlon), gültig ab 6. Juni 2020

	Athletiktraining	Ausdauer-, Ski-, Sprung- und Schiessstraining	Physiotherapie / Regeneration
Hygiene- und Verhaltensregeln BAG / BASPO / Swiss Olympic	Allgemein: - Abstandhalten (mindestens 2 Meter) - Gründlich Hände waschen - Auf das Händeschütteln verzichten - Ins Taschentuch oder in die Armbeuge husten und niesen Trainingsbetrieb: - Gruppengrösse bis 30 Personen - Sicherheitsabstand von 2m und 10m ² pro Person <i>Die weitgehende Normalisierung der Sportaktivitäten führt dazu, dass die Distanzregeln nicht ständig eingehalten werden können. Als enger Kontakt gilt dabei die längerdauernde (>15 Minuten) oder wiederholte Unterschreitung einer Distanz von 2 Metern ohne Schutzmassnahmen.</i>		
Informationsmaterial und Verhaltensplakate	- In den Trainingsräumen gut sichtbar aufhängen - In den Unterkünften gut sichtbar aufhängen		
Risikobeurteilung und Triage	- Die Gesundheit aller Teammitglieder hat oberste Priorität. Eine hohe Solidarität und Eigenverantwortung werden vorausgesetzt - Falls ein Teammitglied Symptome aufweist, muss er das dem verantwortlichen Trainer melden. Dieses Teammitglied wird isoliert, danach wird die restliche Gruppe für sich isoliert bis weitere Anweisungen vom Teamarzt folgen - Die erkrankte Person meldet sich sofort beim Teamarzt / Gruppentrainer		
An- und Abreise	- Wenn möglich Anreise ohne ÖV (sonst mit Schutzmasken reisen und BAG-Regeln einhalten) - Privat oder in Team-Fahrzeugen individuell - Bei mehreren Personen im gleichen Fahrzeug wird empfohlen eine Schutzmaske zu tragen - Von dem gewohnten Umfeld zu Hause direkt ins Training		
Unterkunft	- Grundsätzlich gemäss Vorgaben vom BAG für Hotellerie		
Verpflegung / Mahlzeiten	- Grundsätzlich gemäss Vorgaben vom BAG für Hotellerie und der betreffenden Gastronomie / Institution - Auf Teamverpflegung im Training wird verzichtet (z.B. grosser Teambidon). - Zwischenmahlzeiten und Getränke müssen vom Athleten organisiert und mitgebracht werden		
Umziehen / Duschen	- Nach Möglichkeiten zu Hause oder in der Unterkunft umziehen / sanitäre Anlagen benutzen - Gebrauch der Garderoben und sanitären Anlagen in den Sportanlagen ist unter Einhaltung der BAG-Regeln gestattet		
Transport zum / vom Trainingsplatz	- Individuell oder mit Fahrzeug wie beim Reisen	- Gemäss BAG-Vorgaben - Individuell oder mit Fahrzeugen wie beim Reisen - Transport gemäss Konzept, Anweisungen Sportanlagen / Bergbahnen	- Individuell
Training / Behandlung	- Desinfektion der Trainingsgeräte bei der Übernahme - Ausdauereinheiten (z.B. Laufband, Spinning) in geschlossenen Räumen sind unter Berücksichtigung der Abstandsregeln und Hygienevorschriften möglich - Gute Lüftung des Trainingsraums muss garantiert sein - Regelmässig Hände reinigen und desinfizieren - Übungen/Spiele mit Körperkontakt bis maximal 15 min - Zwischen den Trainingsgruppen / Trainingseinheiten muss eine Pause von mindestens 15 Minuten zum Desinfizieren und Lüften geplant werden - Desinfektion aller Geräte nach dem Training → Bereitstellen für die nächste Trainingsgruppe	Skisprungtraining: - Techniktrainings werden von Betreuern begleitet, welche über die Anlage verteilt werden - Die Athleten rotieren und trainieren individuell auf der Skisprunganlage Schiess- und übriges Konditionstraining: - Die Betreuer verteilen sich auf der Trainingsstrecke oder am Schiessstand mit einem Mindestabstand von 2m - Auf dem Schiessstand muss der Mindestabstand von 2m eingehalten - Rollski-, Fusslauf-, Fahrrad- und andere Outdoortrainings finden unter Einhaltung der gültigen BAG- und allfälligen Schutzkonzepte der Infrastrukturbetreiber statt.	- Maskentragepflicht für Physiotherapeuten - Maskenempfehlung für Athleten - Behandlungen werden nur individuell ausgeführt - Gleichzeitig darf nur ein Athlet im Behandlungsraum sein - Vor der Behandlung reinigen der Physiotherapeut und der Athlet die Hände. - Kontaktstellen und Ablageflächen nach jedem Athletenwechsel reinigen - Nach jeder Behandlung muss der Behandlungs- und Therapieaum einige Minuten gelüftet werden - Athleten bei der Ankunft nach dem Gesundheitszustand und Symptomen befragen
Training im Stützpunkt / Verantwortung	- Trainingsfenster für Trainingsgruppen werden geplant und kommuniziert - Belegungsplan inkl. Trainingszeiten und Gruppen für die Infrastrukturen - Die verantwortlichen Trainer führen eine Anwesenheitskontrolle		- Belegungsplan für physiotherapeutische Behandlungen

Aufgebot / Verantwortung	<ul style="list-style-type: none"> - Sämtliche Trainings müssen mit einem schriftlichen Aufgebot mit genauen Personenangaben einberufen werden* - Jeder individuelle Trainingsteilnehmer muss schriftlich bestätigen, dass er in bestem Gesundheitszustand und symptomfrei einrückt - Der anbietende Trainer ist generell verantwortlich für das Einhalten der Vorgaben
Kontrolle / Protokoll	<ul style="list-style-type: none"> - Der anbietende Trainer kontrolliert die Einhaltung der oben definierten Bedingungen - Jeder ist selbst verantwortlich, dass die Vorgaben in seinen Teilarbeitsbereichen eingehalten werden (Physiotherapie, Athletiktraining, Skiservice) - Der anbietende Trainer muss für jede Trainingseinheit die Anwesenheit der Teammitglieder protokollieren, falls dies über das Aufgebot zu wenig gut definiert werden kann - Dieses Blatt (siehe unten) muss bei der Anreise von JEDEM Teammitglied unterschrieben und dem anbietenden Trainer abgegeben werden - Vor der Entlassung aus dem Training stellt der anbietende Trainer sicher, dass alle gesund und symptomfrei sind - Bei Stützpunkttrainings ohne Unterkunft/Übernachtung bestätigen ALLE Teammitglieder mit der Unterschrift auf der Präsenzliste, dass sie bei bester Gesundheit und symptomfrei sind und dass sie die auf diesem Blatt aufgeführten Vorgaben gelesen haben und einhalten - 14 Tage Aufbewahrungspflicht für die Präsenzliste
Symptome	<ul style="list-style-type: none"> - Falls ein Teammitglied Symptome aufweist (vor, während oder nach dem Training), muss es dem verantwortlichen Trainer gemeldet werden. Dieses Teammitglied wird isoliert, danach wird die restliche Gruppe für sich isoliert - Der weitere Ablauf erfolgt gemäss dem zu diesem Zeitpunkt gültigen Covid-19-Schema in Absprache mit dem Teamarzt
Sicherheit	<ul style="list-style-type: none"> - Alle Trainingseinheiten sind so zu planen, dass das Verletzungsrisiko minimal ist - Das Rettungskonzept (Rega) von Swiss-Ski gilt unverändert
Contact Tracing	<ul style="list-style-type: none"> - Gemäss Grundkonzept Punkt 3.2.1 müssen die oben beschriebenen Bedingungen, Vorgaben und Vorgehensweisen den Teammitgliedern abgegeben und von jedem schriftlich bestätigt werden
Schutzmaterial	<p>Die Beschaffung des Schutzmaterials liegt der Verantwortung jedes Einzelnen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Das Tragen einer Maske wird im öffentlichen Bereich mit Menschenansammlung empfohlen - Jeder Teammitglied hat sein eigenes Desinfektionsmittel dabei (idealerweise 50cl mit Flasche zum Nachfüllen)

* Gilt nur für Swiss-Ski Kader

Der Einfachheit halber wird im gesamten Anhang die männliche Form verwendet; die weibliche Form ist selbstverständlich immer eingeschlossen.

Trainingskurs: _____

Name: _____

Mit der Unterschrift bestätige ich,

- dass ich das oben beschriebene Konzept gelesen habe
- dass ich bei bestem Gesundheitszustand und ohne Covid-19-Symptome in den Trainingskurs einrücke
- dass ich mich unverzüglich melde, falls während, nach oder vor dem nächsten Trainingskurs Symptome auftreten

Bei Eintritt:

Datum: _____ Unterschrift: _____

Bei Austritt (nur bei mehrtätigen Trainingskursen notwendig):

Datum: _____ Unterschrift: _____

Dieses Konzept ist gültig** und muss von jedem Teammitglied beim Einrücken in und beim Austritt aus einem Trainingskurs schriftlich bestätigt werden.

**bis Swiss-Ski Anpassungen an eventuell neue BAG Vorgaben vornimmt.