



Schutzkonzept TV Reussbühl

Zielsetzung

Ziel ist es, die schrittweise Wiederaufnahme der Trainingsaktivitäten in der Leichtathletik unter Einhaltung der gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (BAG, vgl. Anhang) zu ermöglichen. Die Verantwortung zur Umsetzung der Vorgaben liegt bei den Vereinen und den Trainingsleitenden.

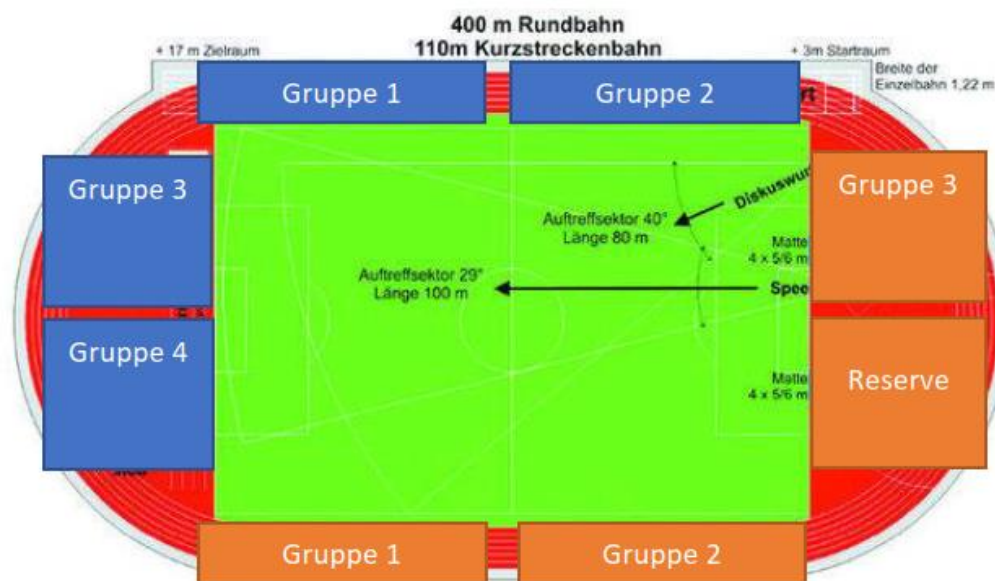
Die Schutzbestimmungen werden kontinuierlich den aktuellen COVID-19 Verordnungen angepasst.

Übergeordnete Grundsätze

1. Einhaltung der Hygieneregeln des BAG, insb. gründlich Hände waschen;
2. Social Distancing; insb. 2m Mindestabstand zwischen allen Personen, 10m² Platz pro Person und kein Körperkontakt;
3. Maximale Gruppengrösse von 5 Personen, Pflicht zur Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten;
4. Besonders gefährdete Personen beachten die spezifischen Vorgaben des BAG;
5. Athletinnen und Athleten sowie Trainingsleitende mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie informieren die Trainingsgruppe über ihre Krankheitssymptome, bleiben zuhause und kontaktieren den Hausarzt;
6. Der Transport vom Wohnort zur Leichtathletikanlagen erfolgt wenn immer möglich zu Fuss oder mit Individualverkehrsmitteln. Der ÖV darf nur in Ausnahmefällen benutzt werden;
7. Ob eine Leichtathletikanlage geöffnet wird, entscheidet der jeweilige Anlagebetreiber.

Schutzkonzept TV Reussbühl Trainingsbetrieb

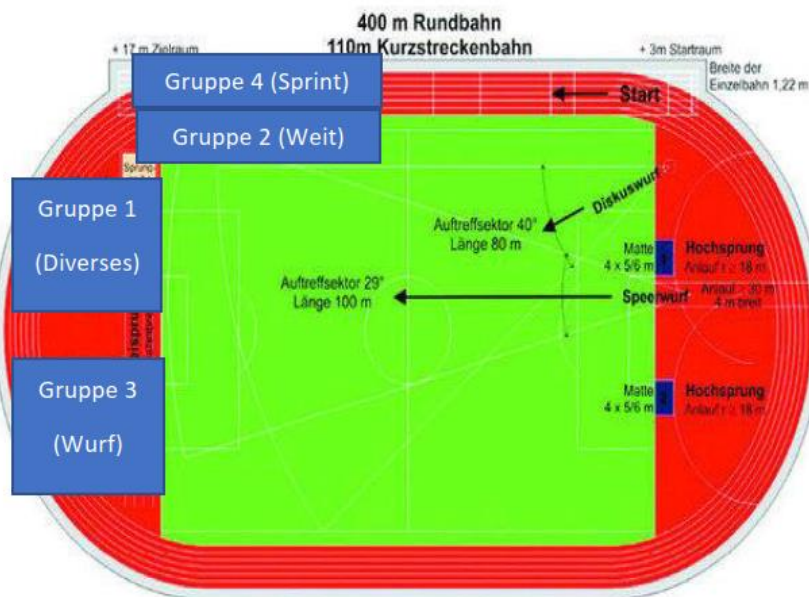
1. Die Anreise der Athletinnen und Athleten erfolgt individuell. (nicht mit dem ÖV)
2. Beim Betreten der Anlage werden die Hände desinfiziert.
3. Beim Einlaufen erhält jede Gruppe einen Sektor auf der Rundbahn (ca.50m). 30min nach dem Trainingsbeginn sollen sich die Gruppen dann bei ihren Posten befinden.





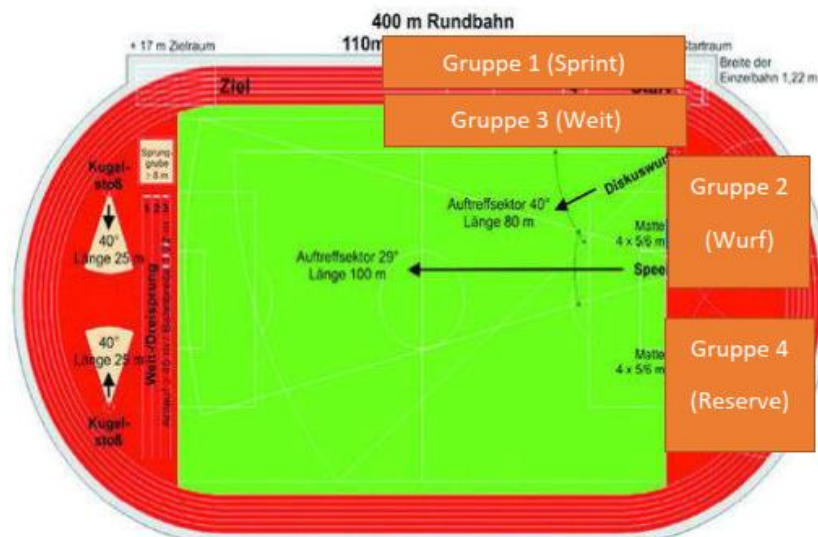
Trainingsgruppe Piccolo

1. Trainingsgruppe ist in 5 Gruppen unterteilt:
 - Gruppe 1:** Kasi (Samuel, Julia, Emmanuel, Ahmed)
 - Gruppe 2:** Melanie (Luana Morina, Luana Leu, Lina, Jamila)
 - Gruppe 3:** Stefanie (Hannes, Dario, Lukas, Luka)
 - Gruppe 4:** Selena (Lynn, Emelie, Leona, Liana, Kristina)
 - Gruppe 5:** Raphael (Jona, Tobias, Seraina, Laila)
2. Das Training findet in einem 4er Rhythmus statt. Somit werden die Posten ca. alle 20min gewechselt. Für jeden Posten steht ein bestimmter Bereich auf der Anlage zur Verfügung.



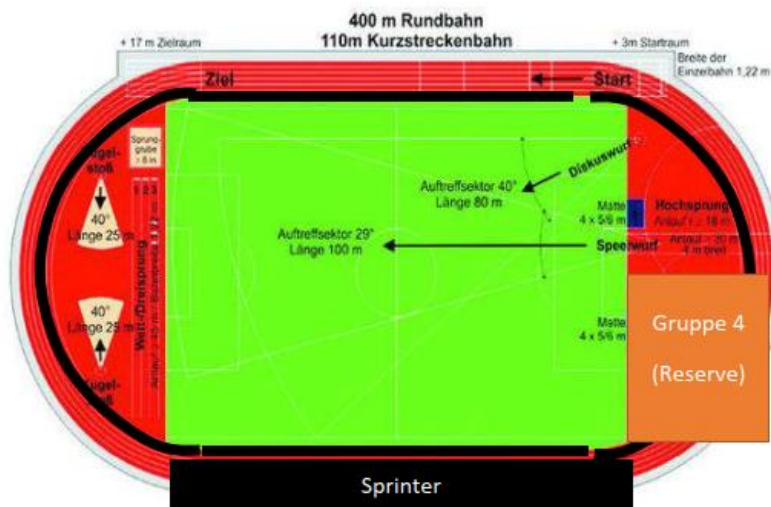
Trainingsgruppe Jugend

1. Trainingsgruppe Jugend ist in 3 Gruppen unterteilt:
 - Gruppe 1:** Roy (Livio, Jon, Miriam, Ella)
 - Gruppe 2:** Nathalie (Mateo, Lorenzo, Mirella, Una)
 - Gruppe 3:** Fabian (Yamely, Alina, Laura, Ramiedan, Nino)
2. Training findet in einem 3/4er Rhythmus statt. Somit werden die Posten ca. alle 20-30min gewechselt. Für jeden Posten steht ein bestimmter Bereich auf der Anlage zur Verfügung.



Trainingsgruppe Aktiv

1. Trainingsgruppe Jugend ist in 4 Gruppen unterteilt:
 2. **Gruppe Läufer:** *Raphael* (Jonas, Philipp, Tobias, Marco)
 3. **Gruppe Sprint:** *Robin* (Swieenen, Sakana, Jonas, Lena)
 - Gruppe Wurf:** *Silvan / Roy* (Jayme, Selena, Lara)
 - Gruppe Hürden:** *Melanie* (Irina, Emilia)
2. Einlaufen Gruppe Aktive findet Ausserhalb der Anlage und auf der Wiese statt.
3. Ab 19:00 gilt auf der Anlage:
 - a. Bahn 1 ist für die Läufer reserviert
 - b. Gegengerade ist frei für die Sprinter
 - c. Wurf / Hoch / Weit wird in Absprache mit dem Reserveplatz der Jugend trainiert. Vorrang hat die Jugend. Ab 19:30 ganze Anlage zur Verfügung



4. Es ist in der Verantwortung der Leiter, die Schutzmassnahmen des BASPO umzusetzen.
5. Um stets nachverfolgen zu können wer bei wem Trainiert hat, ist es wichtig, dass eine Anwesenheitsliste geführt wird. Nach jedem Training ist diese an Roy abzugeben.



Benutzungsvereinbarung

Benutzungsvereinbarung

Gestützt auf das geltende «Schutzkonzept Leichtathletik» wird im Rahmen der COVID-19 Verordnung folgendes vereinbart:

Leichtathletikanlage: Leichtathletikanlage Reussbühl

Verein: TV Reussbühl

Anlagebetreiber: Kantonsschule Reussbühl

Besondere Bestimmungen für diese Leichtathletikanlage

1. Die Leichtathletikanlage wird nur von Athleten und Trainern des TV Reussbühl betreten.
2. Für die Reinigung, des benützten Materiales, ist der TV Reussbühl selbst verantwortlich.
3. Die Garderoben bleiben geschlossen. Zur Verfügung steht mindestens eine Toilette.
4. Der TV Reussbühl darf während der Trainingszeit nicht befugte Personen von der Anlage verweisen.

Der unterzeichnende Verein verpflichtet sich gegenüber dem Anlagebetreiber, für die Einhaltung des «Schutzkonzept Leichtathletik» und der hiervor festgelegten besonderen Bestimmungen für diese Leichtathletikanlage zu sorgen.

Ort, Datum: 01.05.2020

Ort, Datum: 01.05.2020

Verein: TV Reussbühl

Verein: TV Reussbühl

Unterschrift(e) 

Unterschrift(e) 

Name(n): Raphael Kunz

Name(n): Roy Ravichandra

Anhang

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 trocknen Sie ihn gut.

Pflegen Sie Ihre Haut: In lädierteter 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