

TZ Rheintal
Aegetenstrasse 60
CH-9443 Widnau

T +41 79 245 98 19
info@tzrheintal.ch
www.tzrheintal.ch

«TZ Rheintal Widnau»

Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 29.10.2020

Version: 10.0 | 14.04.2021

Ersteller: Nicolas Thiébaud, Präsident TZ Rheintal

Original: Jérôme Hübscher und Jasmin Steinacher, Schweizerischer Turnverband



Hauptsponsor

RAIFFEISEN

Co-Sponsoren



Vereinssponsor

VEREINT GESTÄRKT

Belohne dich und unseren Verein.

Los geht's

CONCORDIA



<https://tzrheintal.concordiaplus.ch/>

1 Allgemeines

1.1 Neue Rahmenbedingungen

Das vorliegende Konzept basiert auf den neuen Empfehlungen des Bundesrates vom 14. April 2021 und den Rahmenvorgaben für Schutzkonzepte im Sport von BASPO/Swiss Olympic und zeigt auf, wie im Rahmen der geltenden, übergeordneten Schutzmassnahmen ein Training im Turnsport (Bereich Breitensport/Spitzensport) stattfinden kann.

Im Freien und in Innenräumen darf unter Einhaltung von bestimmten Massnahmen, Sport in Gruppen bis maximal 15 Personen betrieben werden. Für Sportaktivitäten von Kindern und Jugendlichen bis zum 20. Lebensjahr gelten keine Einschränkungen von Trainings, weder im Innen- noch Aussenraum.

Wettkämpfe für Personen mit Jahrgang 2001 und jünger dürfen in allen Sportarten ohne Publikum stattfinden. Wettkämpfe bei den Erwachsenen sind mit max. 15 Personen und ohne Publikum auch wieder erlaubt. Dies gilt nur für Sportarten ohne Körperkontakt.

1.2 Zielsetzungen

Ziel ist es, die schrittweise Normalisierung der Bewegungs- und Trainingsaktivitäten im Turnsport umzusetzen, und die gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) einzuhalten.

2 Übergeordnete Grundsätze im Sport

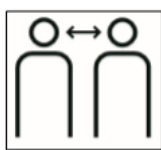
Die vorliegenden Schutzmassnahmen basieren auf den allgemeinen Grundsätzen zur Verhinderung der Weiterverbreitung des Coronavirus.

Diese Grundsätze sind:

- A Symptomfrei ins Training/Wettkampf
- B Distanz halten (wenn immer möglich 1.5 m Abstand)
- C Einhaltung der Hygieneregeln des BAG
- D Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
- E Schutzmaskenpflicht F Bezeichnung verantwortlicher Personen, Einhaltung Schutzkonzept des Vereins



A



B



C



D



E



F

Hauptsponsor

RAIFFEISEN

Co-Sponsoren



Vereinssponsor

VEREINT GESTÄRKT

Belohne dich und unseren Verein.

Los geht's

CONCORDIA



<https://tzt rheintal.concordiaplus.ch/>

3 Erläuterungen

A Symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

B Distanz und Gruppengrösse 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 1.5 Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und es gilt eine Maskenpflicht (siehe Punkt E). Auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten.

Zugänglichkeit zur Trainingsinfrastruktur

- In der Trainingsinfrastruktur halten sich grundsätzlich nur die für den Betrieb notwendigen Personen auf. Während der Trainingszeiten haben die folgenden Personen Zugang zur Kunstturnhalle: Trainer, Athleten, Funktionäre.
- Begleitperson und Ausstehende (Eltern, Freunde, ...) haben nur sofern nötig Zutritt. Für die Unterstützung beim Auf- und Abbau der Geräte, dürfen die Begleitpersonen mit einer Schutzmaske die Trainingshalle betreten.
- Eltern, Freunde, usw. Zuschauer dürfen an vom TZR mitgeteilten Zeiten dem Training zuschauen, dies allerdings ausserhalb der Kunstturnhalle und mit einer Schutzmaske. Zudem muss genügend Abstand gewährleistet werden.

Sportaktivitäten in Innenräumen

Sportaktivitäten von Einzelpersonen oder in Gruppen bis maximal 15 Personen (inkl. Leiterpersonen) sind pro Halle nur Sportarten ohne Körperkontakt erlaubt. Es muss eine Maske getragen und der Abstand (1,5 Meter) immer eingehalten werden. Sport ohne Maske ist nur möglich, wenn der Sport mit Maske nicht ausgeübt werden kann und strenge Abstandsvorgaben umgesetzt werden (25m² p./P. bei körperlich anstrengenden Aktivitäten wie Ausdauertraining, 15m² p./P. bei «ruhigen», stationären Aktivitäten wie Yoga).

Für Sportaktivitäten von Kindern und Jugendlichen bis zum 20. Lebensjahr gelten keine Einschränkungen von Trainings, weder im Innen- noch Aussenraum.

Helfen/Sichern

Das Helfen und Sichern ist nur bei Personen bis 20 Jahren und mit Maske erlaubt. Bei Erwachsenen ist jeglicher Körperkontakt untersagt.

Leitersituation

Für Trainings bei unter-20-jährigen sind so viele Trainerinnen und Trainer zugelassen, wie bei Trainings ohne Einschränkungen dabei sein würden.

Muki-Turnen/Kids Fliz

Das Muki-Turnen bzw. das Kids Fliz im TZ Rheintal ist mit max. 15 Personen (drinnen und draussen) erlaubt. Die Kinder sind bei der maximalen Gruppengrössen von 15 Personen mitzuzählen.

Die Teilnehmer (Erwachsene wie auch Kinder) müssen sich mittels Doodle vorgängig eintragen.

[Doodle | Kids Fliz TZ Rheintal | maximal 14 Personen \(inkl. Kinder\)](#)

Hauptsponsor

RAIFFEISEN

Co-Sponsoren

Vereinssponsor

VEREINT GESTÄRKT

Belohne dich und unseren Verein.

Los geht's

CONCORDIA



<https://tzhreintal.concordiaplus.ch/>

die Mobiliar
Generalagentur Rheintal

**Zaunteam**
Zaunteam Rheintal | CH-9436 Balgach



NÜESCH
Insektenschutz & Lichtschatzabdeckungen

MARTY

Beständige Gruppen

Die Trainingsgruppen sollen beständig sein, daher in möglichst gleicher Konstellation trainieren. Die Gruppeneinteilung ist von den entsprechenden Leitern vorzunehmen und umzusetzen. Im Freien sind mehrere Gruppen à maximal 15 Personen denkbar, wenn die Gruppen permanent auch offensichtlich als eigenständige Gruppen erkennbar sind und sich deren Mitglieder weder annähern noch mischen (Beispiel Jogging-Gruppen im Wald)

C Hygieneregeln

Persönliche Hygiene

Vor dem Training:

Beim Eintritt **müssen** sich alle Personen inkl. Kinder die Hände desinfizieren (oder gründlich waschen).

Während des Trainings:

- Um Verunreinigungen/Kontaminierungen von Turngeräten zu vermeiden, wird empfohlen im Wettkampfdress, T-Shirt oder Funktionsshirt zu trainieren.
- Sofern während der Trainingseinheit im Rotationsprinzip gearbeitet wird, wird das regelmässige Desinfizieren der Hände oder gründliches Händewaschen bei jedem Gerätewechsel empfohlen.

Nach dem Training:

- Beim Austritt müssen sich alle Personen die Hände desinfizieren oder gründlich waschen.

Geräte

Turngeräte

Eine Reinigung/Desinfektion der Sportgeräte im Kunstturnen ist aufgrund ihrer Beschaffenheit und sicherheitstechnischen Gründen (Präparation mit Magnesia) grösstenteils nicht möglich.

Es ist empfohlen die Geräteumrandungen des Trampolins, die Sicherheits- und Schiebematten regelmässig mit Desinfektionsmittel zu Reinigen.

Kraftgeräte und Kleingeräte

Im Athletik-/Krafttraining sind wo immer möglich die eigenen Geräte (Gymnastikbänder, Handstandklötze, ...) zu verwenden. Diese sind von den Athleten regelmässig zu reinigen. Hanteln und Kraftgeräte (und ähnliches) sind nach der Verwendung durch den jeweiligen Athleten mit Desinfektionsmittel zu reinigen.

Infrastruktur

Die Reinigung (der Sportstätte) erfolgt durch die Aegeten.

Neben der üblichen Reinigung der Sportstätte sind

- die Türklinken regelmässig zu desinfizieren (erfolgt durch die Trainer des TZR)
- die WCs und Duschen täglich zu reinigen (erfolgt durch die Mitarbeiter der Sportanlagen Aegeten).

D Protokollierung der Teilnehmenden

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können.

Hauptsponsor

**RAIFFEISEN**

Co-Sponsoren

Vereinssponsor

VEREINT GESTÄRKT

Belohne dich und unseren Verein.

Los geht's

CONCORDIA



<https://tzeheintal.concordiaplus.ch/>

**die Mobiliar**
Generalagentur Rheintal**Zaunteam**
Zaunteam Rheintal | CH-9436 Balgach**NÜESCH**
Insektenschutz & Lichtschattabdeckungen**MARTY**

Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führt der Verein für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten. Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem/der «Corona-Beauftragten» in vereinbarter Form zur Verfügung steht.

In Absprache mit der Sportanlage Aegeten wurde die App «Mindful» eingeführt. Alle Teilnehmer (älter als 12 Jahren und im Besitz eines Mobiletelefons) müssen beim Ein- und Austreten der Kunstturnhalle mittels Mindul App/QR Code seine Kontaktangaben hinterlegen.

E Schutzmaskenpflicht

In der Sportanlage Aegeten muss in allen Bereichen (Eingangsbereich, Garderoben, WC Anlagen) wo keine aktive sportliche Tätigkeit ausgeübt wird, eine Gesichtsmaske getragen werden. Die Turnenden, Trainer und Funktionäre tragen ab dem Betreten der Sportanlage Aegeten bis das Training beginnt, die Schutzmaske.

Am Ende des Trainings gilt wieder Maskenpflicht, bis man die Halle verlassen hat. Die Ausübung des Sports selbst lässt sich mit dem Tragen einer Maske meist nicht vereinbaren (z. B. aufgrund der körperlichen Anstrengung) und deshalb sind die Sportler beim Sport von der Maskenpflicht befreit.

Trainer*in: Wenn Trainer und Trainerinnen in Innenräumen tätig sind und selbst nicht sportlich aktiv am Training teilnehmen, gilt Maskenpflicht für alle Alterskategorien. Von der Schutzmaskenpflicht ausgenommen sind Kinder vor ihrem 12. Geburtstag.

F Bezeichnung verantwortlicher Personen, Einhaltung Schutzkonzept

Jede Organisation, welche die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs plant, muss eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden.

Beim TZ Rheintal ist dies Nicolas Thiébaud. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn wenden (Tel. +41 79 245 98 19 oder praesident@tzrheintal.ch).

Corona-Beauftragter:

- Hat die Verantwortung für die Umsetzung und Einhaltung des Schutzkonzepts.
- Informiert die betroffenen Personen (Funktionäre, Trainer, Athleten, Eltern, ...) über die getroffenen Massnahmen und definierten Abläufe.
- Ist die Ansprechperson gegen innen und aussen.
- Stellt sicher, dass im Eingangsbereich sowie an weiteren Orten im Gebäude die Verhaltensregeln vom BAG (Plakat) aufgehängt werden (in Absprache mit der Aegeten).

Leiterinnen und Leiter:

- Unterstützen den Corona-Verantwortlichen und planen die Trainings unter Einhaltung der fünf Punkte A – E.
- Aktives Eingreifen/Hilfestellung erfolgt nur, wenn es zwingend notwendig ist

Alle:

- Halten sich an die geltenden Abstandsegegn und Hygienevorschriften.
- Zeigen sich solidarisch und halten die Regeln des Schutzkonzepts mit hoher Eigenverantwortung ein.

Hauptsponsor

**RAIFFEISEN**

Co-Sponsoren

Vereinssponsor

VEREINT GESTÄRKT

Belohne dich und unseren Verein.

Los geht's

CONCORDIA



<https://tzrheintal.concordiaplus.ch/>

**die Mobiliar**
Generalagentur Rheintal**Zaunteam**
Zaunteam Rheintal | CH-9436 Balgach**NÜESCH**
Insektenschutz & Lichtschachtabdeckungen**MARTY**

4 Ergänzungen

Im Eingangsbereich sowie an weiteren Orten im Gebäude sind die neusten Plakate vom BAG anzubringen. Dies wird seitens der Sportanlage Aegeten übernommen.

Coronavirus Aktualisiert am 19.4.2021

SO SCHÜTZEN WIR UNS. ✓

STOP CORONA

- So wenige Menschen wie möglich treffen.
- Abstand halten.
- Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.
- Maskenpflicht an öffentlichen Orten, im öffentlichen Verkehr und am Arbeitsplatz.
- Homeoffice-Pflicht wo möglich.
- Gründlich Hände waschen.
- In Taschentuch oder Armbüge husten und niesen.
- Hände schütteln vermeiden.
- Mehrmals täglich lüften.
- Veranstaltungen: Öffentlich max. 15 Pers. Privat max. 10 Pers. Ansammlungen im öff. Raum max. 15 Pers.
- Bei Symptomen sofort testen lassen und zu Hause bleiben.
- Zur Rückverfolgung immer vollständige Kontaktdaten angeben.
- Um Infektionsketten zu stoppen: SwissCovid App downloaden und aktivieren.
- Bei positivem Test: Isolation. Bei Kontakt mit positiv getesteter Person: Quarantäne.
- Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.

www.bag-coronavirus.ch Regeln können kantonal abweichen

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP



SwissCovid App Download

Bund lockert Massnahmen gegen das Coronavirus 14.04.2021

Ab 19. April gilt neu:

- Wieder geöffnet:**
 - Restaurants und Bars draussen
 - Freizeit- und Kulturbetriebe (auch drinnen)
 - Sportanlagen (auch drinnen)
- Veranstaltungen wieder möglich:**
 - Generell maximal 15 Personen
 - Mit Publikum drinnen: Maximal 50 Personen resp. 1/3 der Kapazität
 - Mit Publikum draussen: Maximal 100 Personen resp. 1/3 der Kapazität
- Präsenzunterricht an Hochschulen wieder möglich:**
 - Maximal 50 Personen. Gilt für Hochschulen und Erwachsenenbildung.
 - Wettkämpfe im Amateursport mit maximal 15 Personen. Gilt nur für Sportarten ohne Körperkontakt.

Weiterhin gilt:

- Private Treffen drinnen mit maximal 10 Personen
- Homeoffice-Pflicht
- Regeln für Sport und Kultur (mit Ausnahmen für unter 20-Jährige)
- Beschlossene Restaurants und Bars (drinnen), Discos, Tanzlokale, Wellness-/Freizeibäder (drinnen)
- Ausgedehnte Maskenpflicht
- Empfehlung: Lassen Sie sich testen!

Basismassnahmen bleiben wichtig!

Hauptsponsor

RAIFFEISEN

Co-Sponsoren

die Mobiliar
Generalagentur Rheintal

Zaunteam
Zaunteam Rheintal | CH-9436 Balgach

ISN NÜESCH
Insektenschutz & Lichtschatzabdeckungen

MARTY

Vereinssponsor

VEREINT GESTÄRKT

Belohne dich und unseren Verein.

Los geht's

CONCORDIA



<https://tzt rheintal.concordiaplus.ch/>

5 Vorgehen bei einem Coronafall innerhalb der Trainingsgruppe

Nur Personen, mit denen die erkrankte Person in engem Kontakt stand, müssen in angeordnete Quarantäne. Falls Sie in Quarantäne müssen, wird sich die zuständige kantonale Behörde bei Ihnen melden und Sie zum weiteren Vorgehen informieren. Enger Kontakt heisst, dass Sie sich in der Nähe (Distanz von weniger als 1,5 Metern) einer infizierten Person während mehr als 15 Minuten ohne Schutz (Hygienemaske oder physische Barriere wie Plexiglasscheibe) aufgehalten haben.

6. Kommunikation des Schutzkonzeptes

Das TZ Rheintal kommuniziert das Schutzkonzept in schriftlicher Form gegenüber der Betriebsleitung der Aegeten, den Vorstandsmitgliedern, den Eltern aller Turner, den Turnern sowie den Kids Fliz Eltern.

Balgach, 22.04.2021

Vorstand & Corona Beauftragter TZ Rheintal

Hauptsponsor

RAIFFEISEN

Co-Sponsoren



Vereinssponsor

VEREINT GESTÄRKT

Belohne dich und unseren Verein.

Los geht's

CONCORDIA



<https://tzeintal.concordiaplus.ch/>