



Da der Trainingsbetrieb des SC Delphin Uetendorf in verschiedenen Sportstätten durchgeführt wird, besteht das vorliegende Schutzkonzept aus unterschiedlichen Abschnitten. Jeder Abschnitt beschreibt das Schutzkonzept für eine Sportstätte.

Schutzkonzept Konditionstraining

1. Vorgaben Bundesrat (Rahmenvorgaben Schutzkonzepte swiss olympic)

- Einhaltung der Hygieneregeln des BAG.
- Distanz halten (2m Mindestabstand zwischen allen Personen; 10m² pro Person; kein Körperkontakt)
- Wenn möglich gleiche Gruppenzusammensetzung und Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
- Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben des BAG beachten.

2. Risiko Konditionstraining

- Das Training im Konditionstraining zeichnet sich durch eine moderate Unfallquote aus und ist somit insgesamt wenig Risiko behaftet.
- Körperkontakt zwischen Trainerinnen und Trainer und deren Sportlerinnen und Sportler findet nur in Ausnahmesituationen statt.
- Der Trainingsbetrieb soll wenn möglich draussen, bei schlechtem Wetter in der Turnhalle stattfinden.

3. Krankheitssymptome und Risikogruppen

- Sportlerinnen und Sportler (Kinder und Erwachsene) und Trainerinnen und Trainer 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 via Trainer umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.
- Sportlerinnen und Sportler (Kinder und Erwachsene) oder Trainerinnen und Trainer, welche gemäss Weisungen des BAG zu Risikogruppen (siehe Anhang 1) gehören, nehmen unter Einhaltung der Hygieneregeln auf eigene Verantwortung am Trainingsbetrieb teil.

4. Trainerinnen und Trainer

Die Trainerinnen und Trainer:

- sind für das gesamte Training verantwortlich.
- kontrollieren die Einhaltung der Regeln des BAG
- sind verantwortlich für die Einhaltung des Schutzkonzeptes von UET
- trägt das Schutzkonzept von UET bei sich (gedruckt oder elektronisch) und kann bei einer Stichprobenkontrolle Auskunft geben.
- trägt die Anwesenheitsliste (gedruckt oder elektronisch) mit Name, Vorname, Adresse und Kontaktdaten der anwesenden Sportlerinnen und Sportler bei sich.
- informiert im Falle einer CoViD-19 Erkrankung im Verein (Sportler, Trainer, etc.) den Cheftrainer (Kontakt Daten siehe Anhang 2).



5. Anreise

- Sportlerinnen und Sportler (Kinder und Erwachsene) und Trainerinnen und Trainer reisen unter Einhaltung der BAG-Regeln zum Training an.

6. Eltern / Begleitpersonen der Sportlerinnen und Sportler

- Erwachsene Personen, die nicht direkt im Turnbetrieb involviert sind (zum Beispiel Eltern, die ihre Kinder zur Turnhalle bringen) müssen das Schulhausareal meiden und dürfen die Hallen nicht betreten.
- Eltern, Bekannte oder Geschwister mit Krankheitssymptomen müssen dem Trainingsbetrieb fernbleiben. Der Trainer oder die Trainerin der Trainingsgruppe ist umgehend zu orientieren, wenn eine solche Person Kontakt mit einem Sportler oder einer Sportlerin gehabt hat.

7. Ankunft

- Die Trainerinnen und Trainer sowie die Sportlerinnen und Sportler dürfen erst pünktlich auf die Trainingszeit die Gesamtanlage betreten. Das Training endet 10 Minuten vor der reservierten Zeit (19.35 Uhr), damit keine Begegnungen mit der nachfolgenden Trainingsgruppe entstehen.
- Garderoben und Duschen dürfen nicht benutzt werden.
- Die Trainerinnen und Trainer und Sportlerinnen und Sportler erscheinen in der Trainingsbekleidung exkl. Sporthallenschuhe in der Anlage. Die Sporthallenschuhe werden auf einem eigens dafür markierten Bereich gewechselt.
- Die Sportlerinnen und Sportler und Trainerinnen und Trainer waschen sich vor und nach dem Training die Hände oder desinfizieren diese mit den bereitgestellten Mitteln.
- Der Trainer oder die Trainerin protokolliert die Anwesenheiten der Sportlerinnen und Sportler schriftlich (in der J+S-Datenbank oder separat).

8. Trainingsmaterial / Bekleidung

- Es dürfen alle Trainingsmaterialien eingesetzt werden. Diese müssen nach Gebrauch desinfiziert werden.
 - Das Nutzen privater, resp. individueller Mobilien/Sportgeräte steht daher im Vordergrund.
 - Für die Reinigung und Desinfektion der Trainings-, Turn- und Spielgeräte sind die Trainerinnen und Trainer verantwortlich. Die nötigen Desinfektionsmittel werden vom Club zur Verfügung gestellt.
- Achtung: Bitte Flecken auf dem Hallenboden vermeiden.

9. Gruppengrösse

- Gemäss Weisung des Bundesrates vom 27.05.2020 können Trainings und Sportveranstaltungen mit einer Obergrenze von maximal 300 Personen durchgeführt werden. De facto gilt keine Gruppengrössenbeschränkung für den Trainingsbetrieb des SC Delphin Uetendorf.



10. Trainingsbetrieb

- Die Trainerinnen und Trainer erstellen den Trainingsbetrieb mit klaren Vorgaben.
- Eingeteilte Gruppen bleiben fix.
- Den Weisungen der Trainerinnen und Trainer ist strikt Folge zu leisten.

11. Trainingsschluss

- Nach Abschluss des Trainings (19.35 Uhr) verlassen die Sportlerinnen und Sportler die Sportstätte auf direktem Weg.



Anhang 1

Krankheitssymptome

Diese treten häufig auf (in alphabetischer Reihenfolge):

- Fieber, Fiebergefühl
- Halsschmerzen
- Husten (meist trocken)
- Kurzatmigkeit
- Muskelschmerzen
- Plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns

Selten sind:

- Bindehautentzündung
- Kopfschmerzen
- Magen-Darm-Symptome
- Schnupfen

Die Krankheitssymptome sind unterschiedlich stark, sie können auch leicht sein. Ebenfalls möglich sind Komplikationen wie eine Lungenentzündung.

Wenn Sie eines oder mehrere der häufig vorkommenden Symptome haben, sind Sie eventuell am neuen Coronavirus erkrankt.

In diesem Fall:

- Bleiben Sie zu Hause.
- Wenden Sie sich an eine Ärztin, einen Arzt oder eine Gesundheitseinrichtung und fragen Sie, ob Sie sich testen lassen sollen.
- Lesen Sie die Anweisungen zur «Selbst-Isolation». Und halten Sie sich konsequent daran.

Besonders gefährdete Personen

Viele Menschen werden nach einer Erkrankung mit dem neuen Coronavirus wieder gesund. Aber für folgende Personen ist das Virus gefährlich. Denn vor allem bei ihnen kann die Erkrankung schwer verlaufen:

- Personen ab 65 Jahren
- Erwachsene mit folgenden Vorerkrankungen
 - Bluthochdruck
 - Chronische Atemwegserkrankungen
 - Diabetes
 - Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen
 - Herz-Kreislauf-Erkrankungen
 - Krebs



Anhang 2

Kontaktdaten SC Delphin Uetendorf

Präsident

Samuel Bühlmann

Telefon 079 669 08 75

praesident@uet.ch

Cheftrainer

Pascal Däpp

Telefon 078 608 10 66

trainer@uet.ch

Technischer Leiter

Beat Flühmann

Telefon 078 615 57 82

techleiter@uet.ch