

Covid-19 Schutzkonzept

Schutzmassnahmen für das SFZ Schwimmtraining

Version 3 / gültig ab 1. November 2020

Das vorliegende Konzept ist angelehnt an die Verordnungen und Empfehlungen des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) und an das Schutzkonzept für den Schwimmsport des Schweizerischen Schwimmverbandes¹.

¹ [Swiss Aquatics Schutzkonzept für den Schwimmsport](#) vom 30.4.2020

1 Ziel	3
2 Schutzmassnahmen und Regeln für den Trainingsbetrieb	3
2.1 BAG Verhaltensregeln	4
2.2 Trainingsgruppe	4
2.3 Zugangskontrolle, Anwesenheitsliste und Nachverfolgung	4
2.4 Umkleidebereich	4
2.5 Duschen	5
2.6 Schwimmbeckenrand	5
2.7 Schwimmbecken	5
3 Regeln für die Teilnahme am Trainingsbetrieb im Rahmen dieses Schutzkonzeptes	6
4 Organisation des Trainingsbetriebes	6
5 Verantwortlichkeit und Umsetzung vor Ort	9
6 Kommunikation des Schutzkonzeptes	10
7 Kontakt	10

1 Ziel

Das vorliegende Schutzkonzept soll einen geordneten Schwimmtrainingsbetrieb der Sportfreunde Zürich ermöglichen und dabei alle Beteiligten vor einer COVID-19 Ansteckung schützen.

Das vorliegende Schutzkonzept Version 1 wurde auf Basis der Vorlage des Schweizerischen Schwimmverbandes erstellt und in dieser Version geringfügig an die aktuellen Verordnungen des Bundes vom 28.10.2020 angepasst. Wichtige Aktualisierungen dieser Version werden nachfolgend in **farbiger Markierung** hervorgehoben. Das Schutzkonzept stellt sicher, dass aktuell geltende Verordnungen und Vorgaben eingehalten werden und ergänzt diese mit Empfehlungen des Schweizerischen Schwimmverbandes.

In diesem Dokument wird auf die gendergerechte Formulierung zugunsten einer besseren Lesbarkeit verzichtet. Der Verein Sportfreunde Zürich setzt sich stets für die Gleichbehandlung seiner Mitglieder und interessierten Personen ein.

2 Schutzmassnahmen und Regeln für den Trainingsbetrieb

Der Schweizerische Schwimmverband hat für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes Vorschläge erarbeitet. Die Vorschläge berücksichtigen die Empfehlung und Vorschriften des BAG, das Konzept zum Betrieb von Schwimmanlagen unter Pandemiebedingungen des VHF sowie Experteneinschätzungen:

«Einzelsportarten sind generell möglich, wobei auf den Mindestabstand zu anderen Sportlern zu achten ist. Wenn Sportler in einer kontrollierten Selbstquarantäne (z. B. Trainingslagersituation) sind oder in kleinen Gruppen (bis max. 5 Sportler) im nicht-öffentlichen Raum trainieren, können Ausnahmen möglich sein, soweit diese mit den behördlichen Anordnungen vereinbar sind.»
(Vgl. German Journal of Sports Medicine; Prof. Dr. med. h.c. Jürgen M. Steinacker; Universitäts Hospital Ulm)

Aufgrund der Erkenntnisse zur abtötenden Wirkung des Chlorwassers auf das Coronavirus, wären im Chlorwasser wahrscheinlich sogar geringere Abstände als 2 m ungefährlich und auch Mannschaftsaktivitäten vertretbar. Das Training aller vier Schwimmsportarten, des Rettungsschwimmens sowie des Tauchsports zeichnen sich durch eine sehr tiefe Unfallquote aus und ist somit insgesamt wenig Risikobehaftet.

Das Schwimmtraining muss, solange es die Verordnungen verlangen, so organisiert werden, dass es zu keinem Zeitpunkt zu einem direkten Körperkontakt kommt und/oder die Distanz von 2 m zueinander unterschritten wird.

2.1 BAG Verhaltensregeln

Im Rahmen dieses Schutzkonzeptes werden grundsätzlich die BAG Verhaltensregeln² gemäss der Kampagne «So schützen wir uns» beachtet und eingehalten.

Die wichtigsten Verhaltensregeln sind nachfolgend aufgeführt:

- Abstand halten
- Gründlich Hände waschen
- Händeschütteln vermeiden
- In Taschentuch oder Armbeuge husten oder niesen
- Bei Symptomen³ zu Hause bleiben (keine Trainingsteilnahme)
- **Maskenpflicht im ganzen Hallenbad bis zum Nassbereich**
- Besonders gefährdete Personen⁴ verzichten auf eine Trainingsteilnahme



2.2 Trainingsgruppe

Die maximale Anzahl an Athleten für die Trainingsgruppe des Trainingsbetriebes unter Anwendung dieses Schutzkonzeptes beträgt 15 Personen pro Trainingsgruppe, jedoch nur **4 Personen pro Schwimmbahn exklusive 1 Person als Trainingsleiter. Die Besucherkapazität des Hallenbades ist mit max. 48 Personen definiert.**

2.3 Zugangskontrolle, Anwesenheitsliste und Nachverfolgung

Verantwortlich für die Zugangskontrolle zum Hallenbad ist das Badpersonal. Verantwortlich für die Anwesenheitsliste ist der Verein Sportfreunde Zürich bzw. der Trainingsleiter. Eine Nachverfolgung der Teilnehmer (Tracking) im Verdachtsfall ist damit möglich und sichergestellt.

2.4 Umkleidebereich

In den Umkleidebereichen soll das Einhalten des Abstandsgebotes zwischen den Athleten durch gestalterische Massnahmen unterstützt und verhaltensbezogene Regeln umgesetzt werden:

- Die Athleten sollen eigenes Desinfektions- oder Handreinigungsmittel mitbringen.
- Vor Betreten des Hallenbades sind die Hände mind. 30 sek. zu reinigen
- **Vor Betreten des Hallenbades ist eine Maske aufzusetzen.**

² BAG-Kampagne «So schützen wir uns»: [Neues Coronavirus: So schützen wir uns](#)

³ BAG: [Krankheit COVID-19, Symptome und Behandlung, Ursprung neues Coronavirus](#)

⁴ BAG: [Neues Coronavirus: Besonders gefährdete Personen](#)

- Toiletten sollen nur unter Einhaltung der BAG Vorgaben benutzt werden.

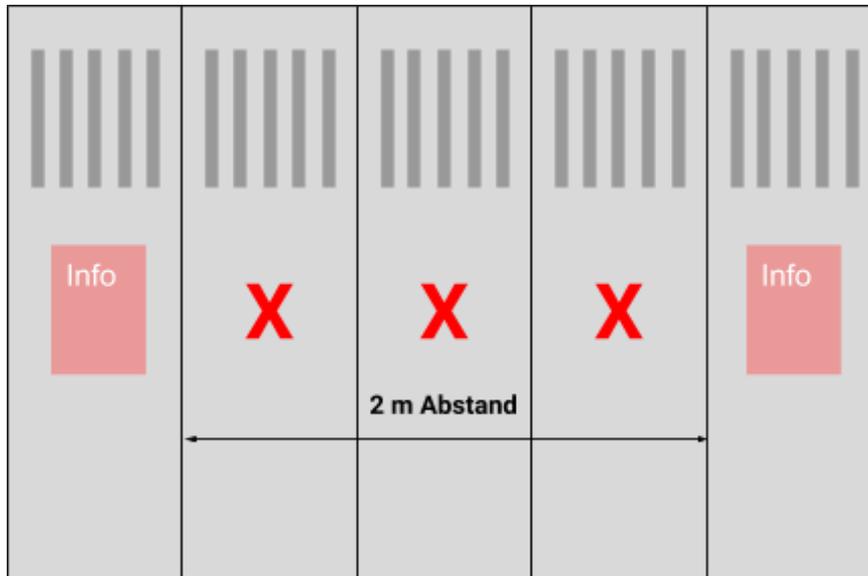


Abb. 1 Abstandswahrung an Garderobenschränken

2.5 Duschen

In den Duschbereichen sollen bei Nutzung nur die Duschen mit Trennwänden benutzt werden. Wenn möglich, sollten die Athleten auf das Duschen nach dem Training verzichten und erst zu Hause duschen.

2.6 Schwimmbeckenrand

Der Aufenthalt in Gruppen ausserhalb des Schwimmbeckens vor und nach dem Training ist zu vermeiden bzw. muss der Abstand von 2 m stets eingehalten werden. Ein pünktliches Erscheinen zum Training wird empfohlen. **Es besteht Maskenpflicht bis zum Nassbereich.**

2.7 Schwimmbecken

Die Schwimmbahn wird maximal mit **4 Athleten** gleichzeitig belegt. Bei mehr als 4 Athleten ist eine weitere Bahn zu verwenden oder die Gruppe aufzuteilen. **Der Trainingsleiter muss am Schwimmbeckenrand während des Trainings eine Maske tragen.**

3 Regeln für die Teilnahme am Trainingsbetrieb im Rahmen dieses Schutzkonzeptes

Die Vereins- und Kursteilnehmer (Athleten) verpflichten sich, die nachfolgenden Regeln zu befolgen:

1. Vor dem ersten Training lesen die Teilnehmer selbstständig das Schutzkonzept sowie die grundsätzlichen Hygiene- und Abstandsregeln. Dazu gehört die Desinfektion der Hände, Husten- und Niesetikette, der erforderliche Mindestabstand sowie die Maskenpflicht.
2. **Die Teilnehmer werden über das aktualisierte Schutzkonzept informiert und bestätigen, dass sie dieses Schutzkonzept gelesen haben und befolgen werden.**
3. Die Teilnehmer informieren sich vorgängig über die Symptome von COVID-19.
4. Bei feststellbaren COVID-19 Symptomen darf keine Teilnahme Trainingsbetrieb erfolgen. Die betreffende Person muss sich umgehend in Quarantäne begeben und den persönlichen Arzt sowie einen verantwortlichen Vereinsvertreter informieren.
5. Sofern durch die Betreiber des Hallenbades keine Umkleidemöglichkeiten (Garderobe) bereitgestellt wird, sollen die Athleten sich vor dem Training bereits zu Hause umziehen. Nach dem Training können sie sich mittels Badetuches am Beckenrand umziehen.
6. Sofern durch die Betreiber des Hallenbades keine Duschköglichkeit bereitgestellt wird, sollen die Athleten nach dem Training zu Hause duschen.
7. Es werden keine Trainer/Übungsleiter aus Risikogruppen eingesetzt.
8. Athleten aus Risikogruppen dürfen nicht am gemeinsamen Training teilnehmen.
9. Hygiene-Masken werden im gesamten Hallenbad bis zum Nassbereich genutzt. Ohne Maske wird kein Eintritt zum Hallenbad gewährt.

4 Organisation des Trainingsbetriebes

1. Auf einer verfügbaren Bahn werden max. 4 Athleten zugelassen. Limit für die Anzahl der zeitgleich trainierenden Personen ist immer die vom BAG vorgegebene Obergrenze für Menschenansammlungen (inklusive Betreuer).
2. Stehen zwei oder mehr Bahnen zur Verfügung, so werden die Athleten auf diese Bahnen aufgeteilt (d.h. z.B. je 4 Athleten pro Bahn bei 2 verfügbaren Bahnen).
3. Die Athleten belegen jeweils eine Bahnhälfte. Die Athleten beginnen, bzw. pausieren immer auf den gegenüberliegenden Beckenseiten.
4. Der Abstand zwischen den Athleten hintereinander während des Schwimmens soll mindestens 3 m betragen. Es soll nicht im Wasserschatten geschwommen werden.
5. Der Trainingsleiter soll die Abstände vom Schwimmbeckenrand beobachten und ggf. durch mündliches Hinweisen korrigierend eingreifen.
6. Bei Pausen zwischen den Trainingsintervallen im Schwimmbecken (bzw. am Schwimmbeckenrand) soll immer ein Abstand von 2 m eingehalten werden.

7. Kein Körperkontakt zwischen Trainer und Schwimmer bei Korrekturen, ausschliesslich mündliche Kommunikation, unter Einhaltung des verlangten Abstandes.
8. Jeder Athlet besitzt sein eigenes Trainingsmaterial und benutzt ausschliesslich dieses.
9. Es sollen während des Trainings keine Bidons am Schwimmbeckenrand platziert werden, um das versehentliche Verwechseln der Bidons zu vermeiden.
10. Das Training von mehreren Gruppen wird in Schichten nacheinander durchgeführt.

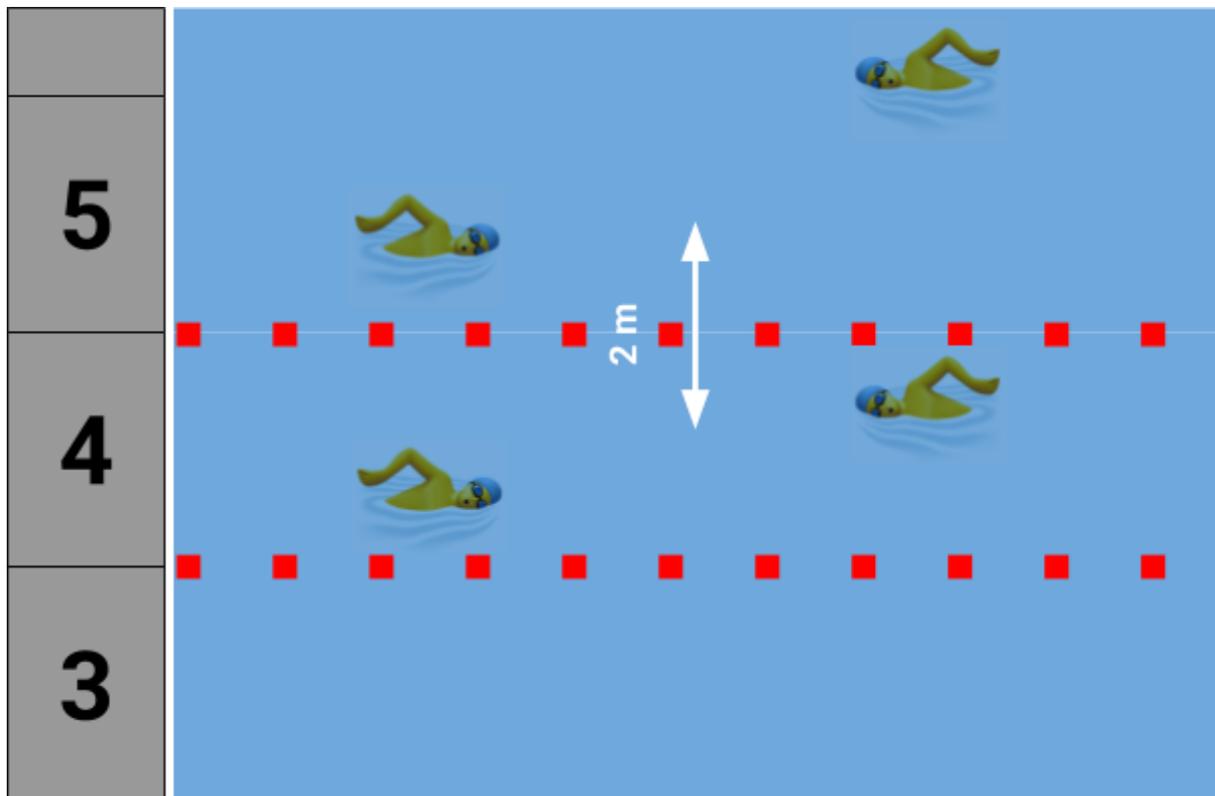


Abb. 2 Abstandsregelung während des Schwimmtrainings bei zwei verfügbaren Bahnen

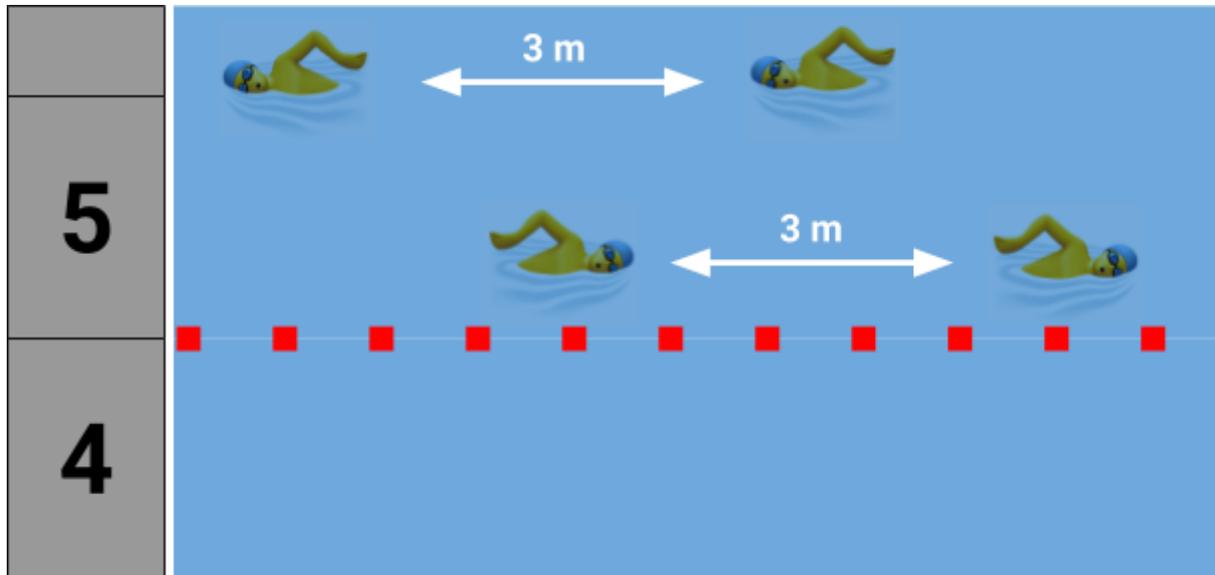


Abb. 2 Abstandsregelung während des Schwimmtrainings bei einer verfügbaren Bahn

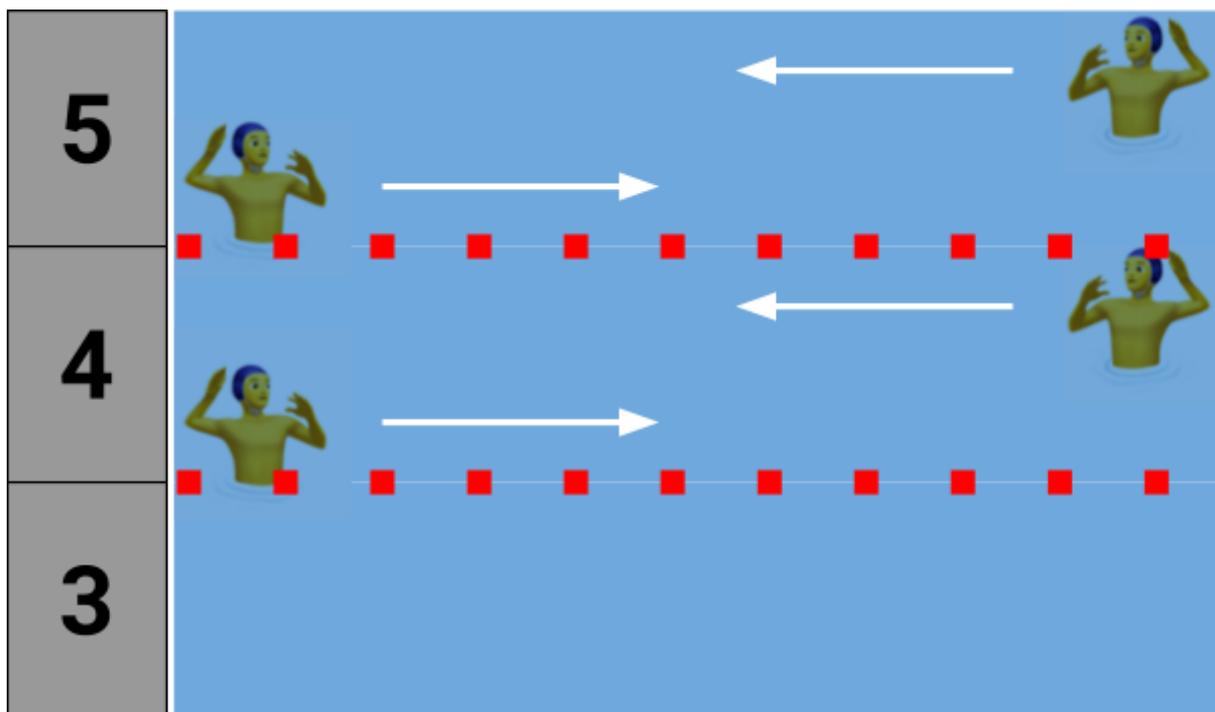


Abb. 3 Pausieren am Beckenrand während des Trainings

5 Verantwortlichkeit und Umsetzung vor Ort

1. Der Verein Sportfreunde Zürich sowie die teilnehmenden Athleten des Schwimmtrainings verpflichten sich die Umsetzung und Einhaltung des Schutzkonzepts vor, während und nach dem Trainingsbetrieb sicherzustellen.
2. Für die Festlegung, welche Athleten am Sportbetrieb teilnehmen dürfen, ist die sportliche Leitung des Vereins bzw. der Trainingsleiter zuständig.
3. Für Einlasskontrolle, Reinigung und Desinfektion ist das Personal des Hallenbad zuständig.
4. Für die Anwesenheitskontrolle, Erfassung der Adressdaten der Teilnehmer, das Einhalten der Abstands- und Hygieneregeln in der Schwimmanlage sind die Trainer/Betreuer verantwortlich.
5. Für das Einhalten der Abstands- und Hygieneregeln während der An- und Abreise sowie im Alltag ausserhalb des Sportbetriebs ist jeder Teilnehmer selbst verantwortlich.
6. Teilnehmende Trainer und Athleten verpflichten sich zur Umsetzung und Einhaltung des Schutzkonzepts und zur gegenseitigen Unterstützung.

6 Kommunikation des Schutzkonzeptes

Das Schutzkonzept wird zusammen mit den übrigen Informationsunterlagen per E-Mail an alle Teilnehmer des Schwimmtrainings, d.h. die Athleten und Trainingsleiter versendet. Zudem wird das Schutzkonzept zusammen mit den Informationsunterlagen auf der Webseite unter der URL www.sportfreunde-zuerich.ch/training aufgeschaltet.

Das Schutzkonzept wird kontinuierlich an die aktuellen COVID-19 Verordnungen und die entsprechenden Vorgaben des Bundesrats angepasst und entsprechende Änderungen werden kommuniziert.

7 Kontakt

Sportfreunde Zürich
kontakt@sportfreunde-zuerich.ch
www.sportfreunde-zuerich.ch

Sportliche Leitung des Vorstandes
Martin Caluori
martin.caluori@sportfreunde-zuerich.ch

Mathias Schunke
mathias.schunke@sportfreunde-zuerich.ch

Covid-19 Beauftragter
Mathias Schunke
mathias.schunke@sportfreunde-zuerich.ch