



Schutzkonzept KTV Altstetten

Gilt für alle Teammitglieder wie:

- Spieler*innen
- Trainer*innen
- Staff
- Funktionäre

Adresse Verein

Strasse: Jacqueline Fisch, Feldblumenstrasse 41

PLZ Ort: 8048 Zürich

Kontakt Person

Vorname: Sabine

Nachname: Schuhmacher (Technische Leiterin)

E-Mail: sabine.schuhmachergmx.ch

Mobilnummer: 079 291 85 59

COVID-19 Beauftragte oder Beauftragter

Vorname: Sabine

Nachname: Schuhmacher (Technische Leiterin)

E-Mail: sabine.schuhmachergmx.ch

Mobilnummer: 079 291 85 59

Rahmenvorgaben für Schutzkonzepte im Sport

Entscheid Bundesrat vom 29. April 2020:

- Revision der Covid-2-Verordnung über die Umsetzung (Umfang, Termine) der Lockerung im Sport
- Schutzkonzept für Volleyball und Beachvolleyball von Swiss Volley

Zielsetzung Schutzkonzept im Volleyball und Beachvolleyball

- Wiederaufnahme des Trainings
- Jeder Verein, jede Organisation und Einrichtung verfügt über ein Schutzkonzept
- Das Schutzkonzept von Swiss Volley ist klar, einfach und pragmatisch umsetzbar
- Das Schutzkonzept von Swiss Volley dient als Vorlage für Vereine und Organisatoren

Verantwortlichkeit / Aufgaben / Haftung

| Massnahme / Beschreibung | Verantwortung |
|---|--|
| Benennung einer COVID-19 Beauftragten oder eines COVID-19 Beauftragten | <ul style="list-style-type: none"> – Regionalverbände – Vereine/ Trainingsgruppen – Trägerschaften entsprechender Infrastrukturen |
| <i>Übergeordnete Verantwortung</i> Verantwortung für die entsprechend konsequente Umsetzung der Schutzmassnahme | <ul style="list-style-type: none"> – Clubvorstände – Trägerschaften entsprechender Infrastrukturen |
| <i>Risikobeurteilung und Triage</i> Sportler*innen und Coaches 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 umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren. | <ul style="list-style-type: none"> – Spieler*innen – Trainer*innen |
| <i>Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort</i> Die Teilnehmenden dürfen maximal 5 Minuten vor ihrer Spiel- bzw. Trainingszeit auf die Anlage kommen (empfohlen zu Fuss, per Velo oder Auto, bitte den ÖV wenn möglich meiden, oder wenn überhaupt unter Einhaltung der Vorgaben des Bundesrates und des BAGs). | <ul style="list-style-type: none"> – Spieler*innen – Trainer*innen |
| <i>Kommunikation im Verein</i> <ul style="list-style-type: none"> – Mailing an alle Vereinsmitglieder (Spieler*innen, Trainer*innen, Helfer*innen, Eltern von Kindern/ Junioren*innen) – Aufschaltung des Schutzkonzeptes auf der Vereins-Webseite – Mailing an die Gemeinde und/ oder Trägerschaft der Halle/ Sportanlage | <ul style="list-style-type: none"> – Verein |

Trainingsbetrieb allgemein

| Massnahme / Beschreibung | Verantwortung |
|--|---|
| <p>Grundsatz: Einhaltung der Hygieneregeln des BAG</p> <ul style="list-style-type: none"> – Social-Distancing (2 m Mindestabstand zwischen allen Personen; 10 m² pro Person; kein Körperkontakt) – Maximale Gruppengrösse von fünf Personen gemäss aktueller behördlicher Vorgabe. Nach Möglichkeit gleiche Gruppenzusammensetzung für jede Trainingseinheit. – Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten. – Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben des BAG beachten. | <ul style="list-style-type: none"> – Spieler*innen – Trainer*innen |
| <ul style="list-style-type: none"> – Nur absolut symptomfreie Spieler*innen / Trainer*innen kommen zum Training. – Die Trainingszeiten müssen reserviert und bestätigt sein. – Die Spieler*innen tauschen keine Gegenstände bzw. Kleiderstücke aus. – Teamgruppierungen auf und neben dem Feld ist konsequent zu verzichten. – Auf der Anlage steht Desinfektionsmittel für die Spieler*innen vor, während und nach dem Training zur Verfügung. – Vor und nach dem Training müssen die Hände zwingend gemäss BAG-Vorgaben gewaschen werden. Keine Ringe tragen! – Nach dem Training wird die Indoor-Anlage durch den Betreiber gelüftet. – Der Abfall (z.B. Bananenschale, Verpackungspapier, Pet-Flaschen, etc.) wird zu Hause entsorgt. – Die Spieler*innen müssen die Anlage spätestens 10 Minuten nach Beendigung des Spiels/Trainings verlassen haben. | <ul style="list-style-type: none"> – Clubvorstände – Trainer*innen – Trägerschaften entsprechender Infrastrukturen |



Hygieneregeln
des BAG einhalten

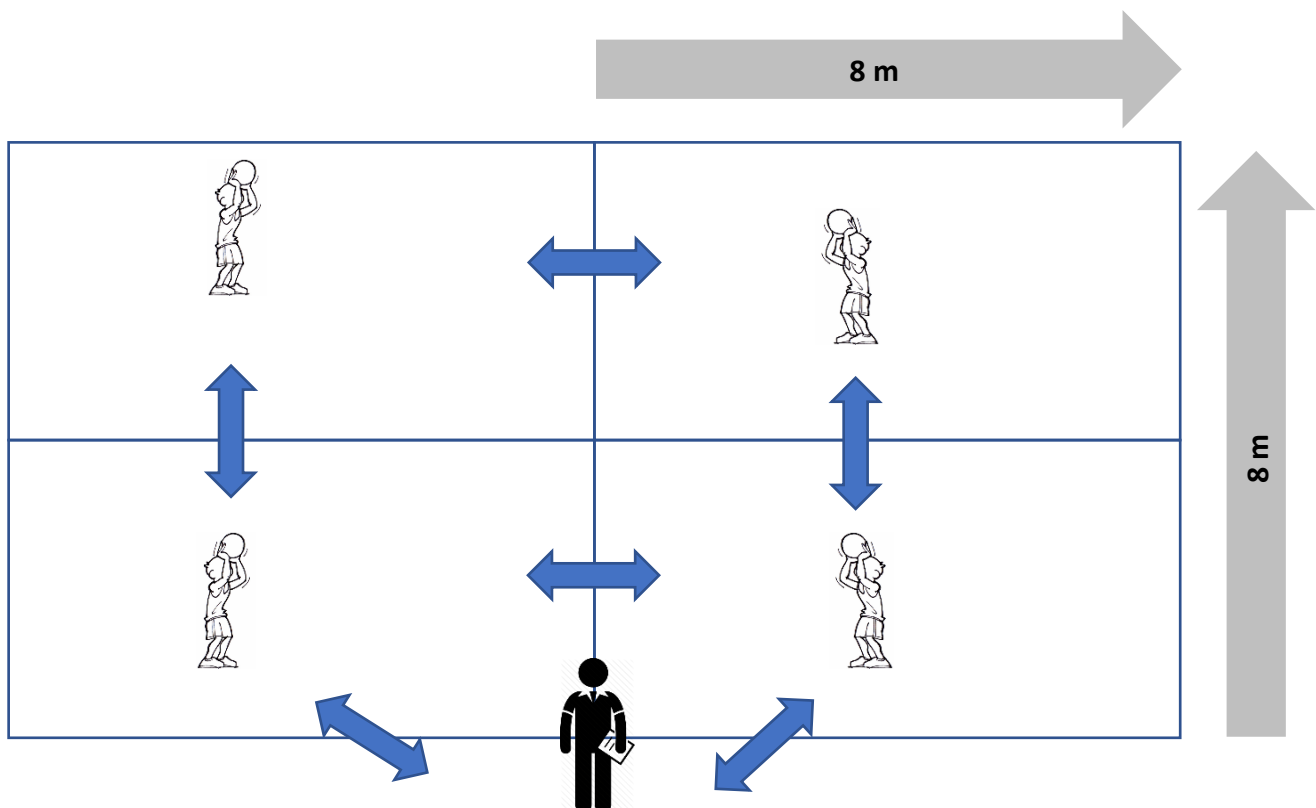


Umkleiden und Duschen
zu Hause

Beachvolleyball

Platzverhältnisse Beachvolleyball

- Aufwärmübungen finden immer unter Einhaltung der 2m Regelung und wenn möglich im Freien statt.
- Auf einem Beachvolleyballfeld dürfen **pro Feldhälfte max. 2 Athlet*innen** trainieren.
- Eine Beachvolleyball-Feldhälfte beträgt 64m² und somit stehen 32m² pro Person zur Verfügung.
- Alle Übungsformen müssen den 2m Abstand zwischen den Spieler*innen garantieren.
- Die Spiel- resp. Trainingsform muss dementsprechend geplant und ausgeführt werden.
- Die Trainerin oder der Trainer muss immer mindestens 2m Abstand von den Spieler*innen halten.



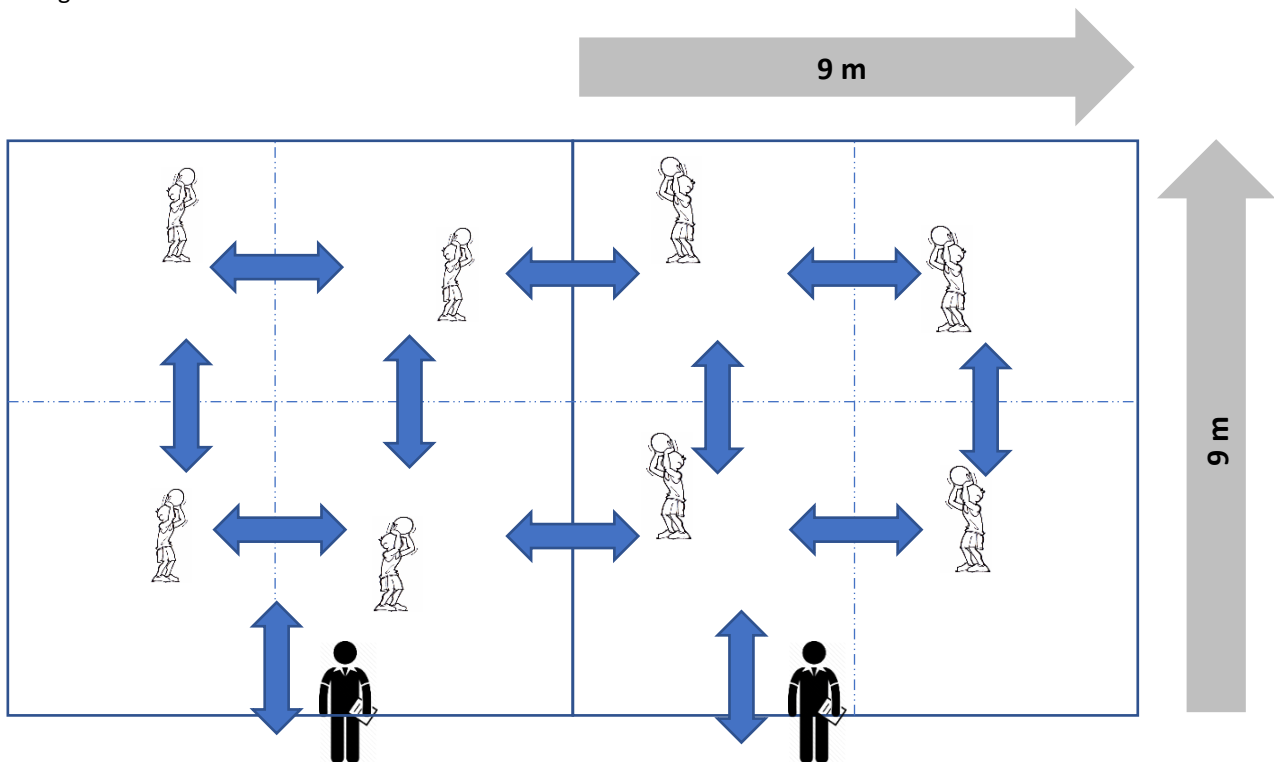
Wir trainieren ohne Körperkontakt und halten immer **2m Abstand**.



Volleyball

Platzverhältnisse Volleyball

- Aufwärmübungen finden immer unter Einhaltung der 2m Regelung und wenn möglich im Freien statt.
- In einer Einzelhalle dürfen **max. 4 Spieler*innen pro Feldhälfte** trainieren (eine Volleyballfeldhälfte beträgt 81m² und somit stehen 20.25 m² pro Person zur Verfügung).
- In Mehrfachturnhallen solange die Trainings innerhalb der Feldbegrenzung stattfinden, darf auch auf benachbarten Feldern trainiert werden (1 Halbfeld = 1 Kleingruppe).
- Die Spieler*innen wechseln nie die Trainingsgruppe und die Kleingruppen bleiben die ganze Trainingseinheit auf ihrer Feldhälfte. Alle Übungsformen müssen den 2m Abstand zwischen den Spieler*innen garantieren. Die Spiel- resp. Trainingsform muss dementsprechend geplant und ausgeführt werden.
- Die Trainerin oder der Trainer muss immer mindestens 2m Abstand von den Spieler*innen halten, um die Social-Distancing-Vorgaben einzuhalten. Bei Übungsbesprechungen darf maximal eine Gruppe von fünf Personen gebildet werden.



Bemerkung: 1 Trainer kann auch mehrere Kleingruppe betreuen. Es ist auch 1 Trainer pro Kleingruppe möglich.

Wir trainieren ohne Körperkontakt und halten immer **2m Abstand**.



Mit **Freiluft-**
aktivitäten starten



Trainingsgruppen
verkleinern (max. 5 Pers.)



Keine
Körperkontakte



Distanzregeln
einhalten



Zusätzliche Hinweise

Platzverhältnisse Kraftraum

- Im Kraftraum gilt jeweils das Platzverhältnis von mind. 10m² pro Person.
- Social-Distancing wird immer eingehalten (2m bzw. bei schwerem Atmen 5m Abstand zwischen den Personen). Übungen, bei denen explizit die Hilfestellung einer zweiten Person gefragt ist (z.B. Squats oder Bankdrücken), sind nicht erlaubt.
- Die Gegenstände werden nach jeder Benutzung konsequent desinfiziert.
- Das Betreten des Kraftraums passiert frühestens 5 Minuten vor dem effektiven Trainingsbeginn; die Athlet*innen verlassen die Trainingseinrichtung spätestens 10 Minuten nach dem Trainingsende.
- Eine permanente Präsenzkontrolle zwecks Rückverfolgbarkeit ist in jedem Falle notwendig.

Garderoben / Duschen / Toiletten

- Garderoben und Duschen sowie Theorie- und/oder weitere Aufenthaltsräume werden nicht genutzt.
- Geöffnet sind die Spielfelder, der Kraftraum und die Toiletten.
- Die Spieler*innen müssen bereits umgezogen (in Sportbekleidung) ins Training kommen.
- Die Spieler*innen dürfen maximal 5 Minuten vor dem Training auf die Anlage kommen und müssen diese spätestens 10 Minuten nach Beendigung des Trainings verlassen haben.

Reinigung

Die Teilnehmenden verpflichten sich, das Reinigungskonzept der Anlagebetreiber strikt einzuhalten.

Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur

- Die Spieler*innen dürfen maximal 5 Minuten vor dem Training auf die Anlage kommen.
- Bei einer bestimmten Anzahl Personen auf der Anlage wird der Zugang gesperrt. Die 2-Meter-Regelung muss auch beim Eingangsbereich eingehalten werden.
- Spontane Ansammlungen von Personen müssen vermieden werden.
- Die Trainerin oder der Trainer bestimmt die Zuteilung der Spieler*innen auf den Feldern unter Berücksichtigung der einzuhaltenden Gruppengrösse (Beachvolleyball: max. 2 Spieler*innen pro Feldhälfte; Volleyball: max. 4 Spieler*innen pro Feldhälfte).
- Die Felder werden von hinten nach vorne aufgefüllt. Die Spieler*innen auf dem vordersten Feld verlassen die Anlage als erstes.
- Das Feld ist unmittelbar nach dem Training zu verlassen.

Material

- Der Auf- und Abbau der Felder erfolgt durch die Anwesenden.
- Das Material (ausser die Bälle) wird nach dem Training desinfiziert.
- Es wird empfohlen, max. 20 Bälle pro Feld zu verwenden.
- Es wird empfohlen den Ball während einer Übung regelmässig zu wechseln.

Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden

- Anmeldungen fürs Training sind für alle Spieler*innen obligatorisch.
- Die Trainerin/der Trainer oder die Covid-19-beauftragte Person nimmt die Anmeldungen entgegen und gibt den einzelnen Spieler*innen Trainingszeiten bekannt.

- Die Trainerin/der Trainer oder die Covid-19-beauftragte Person führt eine Anwesenheitsliste und archiviert diese zur Rückverfolgung von Kontakten.

Mit der Anmeldung und von der Trainingsleitung bestätigten Trainingsteilnahme akzeptiert die Spielerin oder der Spieler sämtliche Vorgaben. Bei Missachtung wird die Spielerin oder der Spieler vom Training ausgeschlossen.

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 und 2 m 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 trocken Sie ihn gut.

Pflegen Sie Ihre Haut: In lädiertes 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.