



STV LANGENDORF

COVID-19 SCHUTZKONZEPT STV LANGENDORF TEAM AEROBIC

Version 1.0 / Nicole und Janine Märki
25.05.2020



1 Allgemeines

1.1 Ausgangslage

Für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes hat der Schweizerische Turnverband ein Schutzkonzept erstellt. Basierend auf diesem [Schutzkonzept](#) hat der STV Langendorf ein Schutzkonzept für die Umsetzung im Team Aerobic erstellt.

Die Schulanlagen sind auf Grund der Bestimmungen der Schule Langendorf für Vereine und aussenstehende Personen (Eltern etc.) geschlossen.

Wir gehen nach wie vor davon aus, dass die Schweizermeisterschaft Aerobic Ende Oktober durchgeführt wird. Die Lockerungen des Bundesrates erlauben es, den Trainingsbetrieb unter Einhaltung der gültigen Regeln wieder aufzunehmen.

Deshalb hat sich der Vorstand des STV Langendorf entschieden, den Trainingsbetrieb (ausschliesslich Aerobic-Riege) wieder aufzunehmen.

Nach mündlicher Absprache zwischen Hans-Peter Berger (Gemeindepräsident Langendorf) und Kevin Eggenschwiler wurde vereinbart, dass die Team-Aerobic Riege bis auf Weiteres jeweils am Donnerstag zwischen 19:00 und 22:00 Uhr im Konzertsaal kostenfrei trainieren darf.

Das Schutzkonzept wird der Gemeinde zur Information eingereicht.

1.2 Zielsetzungen

Ziel dieses Schutzkonzeptes ist die schrittweise Wiederaufnahme des Turnbetriebes in Langendorf. Das Schutzkonzept beinhaltet ausschliesslich spezifische Punkte zur Umsetzung des Schutzkonzeptes im STV Langendorf. Alle allgemeinen Informationen sind dem [Schutzkonzept](#) des STV zu entnehmen.

1.3 Gültigkeit

Dieses Konzept ist in dieser Form bis auf Widerruf gültig und wird nach den neusten Weisungen des Bundesrates, des Kantons Solothurn und der Gemeinde Langendorf laufend angepasst.

2 Risikobeurteilung und Triage

Die Turnerinnen und Turner werden in der KW22 über dieses Schutzkonzept und die damit verbundenen Richtlinien informiert.

Folgende Trainingsgruppe wird ihren Betrieb gemäss dem Schutzkonzept wiederaufnehmen:

- Team Aerobic, Start ab dem 28. Mai

Die anderen Riegen bleiben bis auf Weiteres eingestellt.

3 Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

3.1 An- und Abreise zum Trainingsort

Bei der Anreise ist nach Möglichkeit auf die Verwendung von öffentlichen Verkehrsmitteln zu verzichten. Nach Möglichkeit soll die Anreise zum Trainingsort mit individuellen Transportmitteln (Auto, Velo, Motorrad, ...) oder zu Fuss erfolgen. Um die Abstandsregeln von 2m einhalten zu können, ist auf Fahrgemeinschaften zu verzichten.

4 Infrastruktur

4.1 Platzverhältnisse/Trainingsortverhältnisse

Die Trainings finden im Konzertsaal Langendorf statt. Wir unterscheiden zwischen der theoretischen Höchstzahl zugelassener Personen (gemäss zu Verfügung stehender Fläche) und einem Praxiswert. In unseren Trainings werden wir uns an dem Praxiswert orientieren.

Trainingsort	Abmasse	Fläche	Anzahl Personen (theoretisch)	Anzahl Personen (Praxis)
Konzertsaal	22m x 13m	286m ²	28	10

4.2 Umkleide/Dusche/Toiletten

Die Umkleidekabinen und Duschen sind gesperrt. Die Turnerinnen erscheinen bereits umgezogen zum Training. Die Toiletten dürfen nur in Ausnahmefällen benützt werden und werden nach Gebrauch desinfiziert (inkl. Türklinken).

Die übrigen Türklinken werden vor, zwischen und nach den Trainingsblöcken jeweils desinfiziert.

4.3 Zugänglichkeit und Organisation zu und in der Infrastruktur

Im Konzertsaal sind nur gesunde Vereinsmitglieder zugelassen, welche zu dieser Trainingsgruppe gehören. Alle anderen Personen (Eltern, Besucher, etc.) dürfen die Trainingsinfrastruktur nicht betreten. Die Turnerinnen und Turner werden dementsprechend per Mail informiert und es wird mit Plakaten an den Türen darauf aufmerksam gemacht.

Die 15 Turnerinnen des Team Aerobic werden in 3 konstante Gruppen eingeteilt.

Das Training findet donnerstags statt. Die Wechsel zwischen den Trainingsgruppen werden folgendermassen organisiert:

- 19:00 – 20:00 Uhr Gruppe 1 und 2
- 20:00 – 20:15 Uhr Pause und lüften
- 20:15 – 21:15 Uhr Gruppe 3

Um ein Aufeinandertreffen zu verhindern, wird der Konzertsaal durch den Haupteingang betreten und durch den Notausgang via Parkplatz verlassen (siehe Situationsskizze Punkt 4.5). Die Wartezone für die Riegen befindet sich im Foyer.

Der Konzertsaal wird während dem Training geschlossen. Nur so kann der Zutritt zum Gebäude kontrolliert und die Gruppenwechsel geordnet durchgeführt werden.

Für den geregelten Ein- und Austritt sind folgende Personen verantwortlich:
Nicole und Janine Märki

Nach dem Verlassen der Trainingsinfrastruktur sind die Turnerinnen und Turner angehalten sich unverzüglich nach Hause zu begeben.

4.4 Verteilung von mehreren Gruppen in größeren Sportanlagen

Der Konzertsaal kann in zwei Hälften unterteilt werden. Somit sind pro Saalhälfte maximal 5 Personen zulässig.

4.5 Situationsplan

Die oben genannten Punkte sind hier noch in einer Situationsgrafik eingezeichnet:



Desinfektionsmittel

5 Trainingsformen, -spiele und -organisation

5.1 Einhalten der übergeordneten Grundsätze in adäquaten oder angepassten Trainings-, bzw. Übungsformen

Die Leiterinnen Nicole und Janine Märki erarbeiten wöchentlich ein Trainingsprogramm, welches auf folgenden Schwerpunkten basiert:

- Kraft
- Ausdauer
- Beweglichkeit
- Koordination
- Schritttechnik
- Choreografie

Auf Positions- und Akrotrainings wird gemäss Auflagen des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) verzichtet.

4-Punkte Plan

- Es ist in Gruppen von max. 5 Personen zu trainieren, die Leiterinnen und Leiter werden mitgezählt.
→ **Pro Gruppe wird max. eine Leiterin vorhanden sein. Eine Gruppe hat keine Leiterin zur Verfügung.**
- Es dürfen auch mehrere Gruppen in einer Halle gleichzeitig trainieren, unter Einhaltung der übergeordneten Grundsätze des Schutzkonzeptes Breitensport.
→ **Gemäss unserem Praxiswert können wir maximal 2 Gruppen im Konzertsaal trainieren lassen.**
- Während einer Trainingseinheit darf die Zusammensetzung einer Trainingsgruppe nicht verändert werden.
- Die Zusammensetzung der Trainingsgruppen soll über die Zeit möglichst konstant und unverändert bleiben.

Auf das Tragen von Masken und Handschuhe kann im Training verzichtet werden, da keine Hilfestellung nötig ist.

5.2 Risiko/Unfallverhalten

Es ist auf das Erlernen und Ausführen von komplexen und risikohaften Bewegungsabläufen zu verzichten. Der Fokus liegt auf einem langsamen, kontinuierlichen Wiederaufbau.

5.3 Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden

Nicole und Janine Märki führen die Protokollisten zum Trainingsbesuch (Anwesenheit und Zusammensetzung der Trainingsgruppen).

Um die Trainingssequenzen optimal planen zu können, müssen sich die Turnerinnen wie immer vor Trainingsbeginn via Whatsapp oder telefonisch bei den Leiterinnen abmelden.

6 Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

Präsident a.i. Kevin Eggenschwiler:

- Absprache mit Behörden, Gemeinde und Hauswartteam

Leiterinnen Team Aerobic, Nicole und Janine Märki

- Trainingsplanung für das Team Aerobic Aktiv
- Kommunikation mit den Turnerinnen des Team Aerobic
- Organisieren Desinfektionsmittel
- Verantwortung Zu- und Austrittskontrolle Aktivriege
- Führen der Protokollisten zum Trainingsbesuch (Anwesenheit und Zusammensetzung)
- Überwachen der Einhaltung der Abstandsregeln im Trainingsbetrieb (zwischen den Personen der jeweiligen Trainingsgruppe sowie zwischen den verschiedenen Trainingsgruppen)

Turnerinnen:

- Vermeiden Verletzungen durch Verzicht auf unnötiges Risiko

Alle:

- Einhaltung der geltenden Abstandsegele und Hygienevorschriften
- Zeigen sich solidarisch und halten die Regeln des Umsetzungskonzeptes mit hoher Eigenverantwortung ein

7 Kommunikation des Umsetzungskonzeptes

Das Umsetzungskonzept wird den folgenden Gruppen zugestellt:

- Vorstand
- Technische Leitung
- Team Aerobic
- Gemeinde Langendorf
- Hauswartteam Schule Langendorf

Die Zustellung des Konzeptes erfolgt per E-Mail bis spätestens zwei Tage vor dem ersten Training. Weiter wird das Umsetzungskonzept auf unserer Webseite aufgeschaltet.