


Schutzkonzept Wintertraining 2020/21 (Gültig ab 29. Okt. 2020)

Definitive Version / 1. November 2020 / R. Strasser

1. Grundlegende Vorgaben

	<p>Rote BAG-Stufe</p>	<p>BAG: Jeweils die aktuellen Vorgaben</p> <p>Swiss Athletics: «Schutzkonzept Leichtathletik Training»: 26. Juni 2020 oder aktuelle Version</p> <p>Infrastrukturanbieter: Vorgaben der Stadt Frauenfeld, der Schulen und Armee</p>
---	----------------------------------	---

2. Ziel der Schutzmassnahmen

- Das Ziel der Massnahmen ist es, die Vereinsmitglieder vor einer Ansteckung durch das neue Coronavirus zu schützen.
- Gerade Sportler/Leistungssportler sind vor der Ansteckung dieser Lungenkrankheit zu schützen, weil es leistungsmindernde und langanhaltende Nachwirkungen bekannt sind.
- Zudem gilt es, besonders gefährdete Personen bestmöglich zu schützen.

3. Corona – Beauftragte/r Training des LC Frauenfeld

René Strasser, 079 226 45 50 oder rene.strasser@bztz.ch

Meldung von Fällen / Wer entscheidet bei Fällen:

- Quarantänefälle und positive Fälle müssen sofort dem Corona-Beauftragten (René Strasser) des LCF gemeldet werden. Er stellt den Kontakt zum Contact Tracing TG sicher.
- Teilschliessungen von Trainings (Einzelne Gruppen) werden durch den Corona-Beauftragten des LCF mit dem entsprechenden technischen Leiter zusammen entschieden.

4. Vorgabe: Maskentragpflicht im Sport

- Es gilt neu auch im Sport und Sportanlagen die generelle Maskentragpflicht.
- Diese Maskentragpflicht gilt ab 12 Jahren.
- Ausnahmen in Innenräumen sind nur bei sehr grossen Abständen zulässig. Da wir in Gruppen und in Bewegung trainieren, ist diese Situation nicht gegeben. Einzig Sportler alleine in Räumen können die Maske weglassen.

Gemäss Sportwissenschaftler der ETH Zürich ist ein Training mit Maske gut möglich. Es ist natürlich anstrengender und bewirkt dadurch ein(e) verstärkte(s) Beanspruchung und Training der Atemmuskeln.

5. Vorgabe: Zulassung Sport

- Für alle Sportaktivitäten von **Kindern und Jugendlichen vor ihrem 16. Geburtstag** gelten keine Einschränkungen. Das heisst, das Training bis und mit U16 kann uneingeschränkt erfolgen.
- Für **über 16-jährige Personen** gilt in **Innenräumen**: es dürfen maximal 15 Personen in einer Gruppe Sport treiben, wenn sie eine Maske tragen und den erforderlichen Abstand von 1.5m einhalten. Keine Kontaktsportarten (Ballsportarten, etc) ausüben.
- Für **über 16-jährige Personen** gilt im **Freien**: sie dürfen Sport treiben, wenn sie eine Maske tragen oder den erforderlichen Abstand 1.5m einhalten. Keine Kontaktsportarten ausüben.



6. Konkrete Schutzmassnahmen

Grundsätze Swiss Athletics:	Massnahmen LC Frauenfeld:
1. Nur symptomfrei ins Training kommen:	<ul style="list-style-type: none">Die Trainingsteilnahme erfolgt nur symptomfrei.<u>Symptome sind:</u> Fieber, trockener Husten (Halsweh), Störung des Geschmack- und Geruchssinns<u>Verhaltensweisen:</u> Hier gelten analog die Verhaltensweisen der Schulen im Thurgau Zu Hause bleiben / Isolation >> Hausarzt >> Testen
2. Abstand einhalten:	<ul style="list-style-type: none">Der 1.5m Abstand ist immer einzuhalten, auch mit Maske!Bis und mit U16: Abstand muss nur zu und zwischen den Leitern eingehalten werden.
3. Keine Durchmischung von Gruppen:	<ul style="list-style-type: none">Das Training im LCF erfolgt grundsätzlich in beständigen Gruppen. Ab U18 in Gruppengrössen von maximal 15 Personen.Eine Durchmischung der Gruppen vor, während und nach dem Training wird mit organisatorischen Massnahmen verhindert. Hier geben die technischen Leiter entsprechende Anweisungen vor.Die technische Leiterin Aktive organisiert insbesondere die Zuteilung der 15 Personengruppen im Aktiv-Bereich im Trainings-Innenbereich. Im besten Fall mit räumlich getrennten Orten (Separate Hallen, Kraftraum, etc).Auf die Nutzung der Garderoben wird mehrheitlich verzichtet.
4. Händehygiene / Desinfektion	<ul style="list-style-type: none">Keine Hände schütteln und kein Abklatschen.Hände vor dem Training und nach dem Training gründlich mit Seife waschen oder Hände desinfizieren.Insbesondere: Desinfektion oder gründliches Waschen der Hände vor, (ergänzend während) und nach dem Krafttraining.Je nach Vorgaben der Trainingsinfrastruktur Schulen, Armee sind Trainingsmaterialien zu desinfizieren.
5. Präsenzlisten führen	<ul style="list-style-type: none">Alle Trainings werden mit unserer üblichen Trainingskontrolle (J+S Absenzen) oder einer ergänzenden Liste protokolliert.
<u>Ergänzungen zu Sprintbahn/Kraftraum SIA:</u>	
<ul style="list-style-type: none">In der Sprintbahn/Kraftraum SIA trainieren keine externen Gruppen oder Personen.In der Sprintbahn/Kraftraum SIA begibt man sich direkt zum zugewiesenen Einlauf- und Trainingsort. Die Garderobe ist kein Aufenthaltsraum. Die Garderobe wird nur als WC und im Ausnahmefall zum Umziehen und Duschen genutzt. Im Eingangsbereich kann man Jacken aufhängen.Jeder einzelne Kraftraumnutzer muss sich bei jeder Kraftraumnutzung namentlich in einer Liste eintragen. Abweichungen der Nutzung der Sprintbahn nach offiziellem Wochentrainingsplan der Aktiven oder zusätzliche Nutzungen müssen in einer Liste durch Trainer oder Athlet eingetragen werden. Die Organisation und das Controlling erfolgt durch die technische Leiterin Aktive.Das Lavabo, das WC und die Türgriffe werden einmal in der Woche durch den Sprintbahnwart mit einem speziellen Reinigungsmittel desinfiziert.	
<u>Ergänzung Schulen Frauenfeld:</u>	
<ul style="list-style-type: none">Die Athleten treffen pünktlich auf die Trainingszeit ein (nicht früher) und das Training endet 10 Minuten vor der reservierten Zeit, damit keine Gruppendurchmischung erfolgen kann.	
<u>Ergänzung Militärsporthalle:</u>	
<ul style="list-style-type: none">Die Garderobe steht nicht zur Verfügung.	
<u>Umsetzung Schutzkonzept:</u>	
<ul style="list-style-type: none">Desinfektionsmittel steht bei allen Trainingsorten zur Verfügung. Das Schutzkonzept ist in der Sprintbahn/Kraftraum SIA angeschlagen (Verantwortlich: Geraldine Basler).Desinfektionsmittel kann bei Geraldine Basler bezogen werden.Alle Trainer sind verantwortlich, dass dieses Schutzkonzept umgesetzt wird.	