



www.tivkriens.ch

Covid-19 Schutzkonzept Geräteturn Riege TiV Kriens

Ausgangslage

Das vorliegende Schutzkonzept der Geräteturnriege des TiV Kriens (nachfolgend GeTi) zeigt auf, wie der Trainingsbetrieb ab dem 25. Mai 2020 unter Einhaltung der übergeordneten Grundsätze (Bestimmung BAG, STV-FSG sowie der Stadt Kriens) wieder aufgenommen werden kann.

Dieses Schutzkonzept basiert auf dem am 30. April 2020 vom Bundesamt für Gesundheit und Bundesamt für Sport plausibilisierten Covid-19 Schutzkonzept unseres STV, Schweizerischer Turnverband.

Ziele des Covid-19 Schutzkonzeptes

Das Konzept verfolgt folgende Ziele:

- Die Gesundheit der Turnerinnen und der Trainer steht immer an erster Stelle
- Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes in reduzierter Form
- Steigerung der Fitness und somit der Gesundheit der Turnerinnen
- Definition der Regeln in der Halle, für ein sicheres Training
- Ein Stück Normalität für die Turnerinnen

Organisatorisches:

- Die GeTi Kriens benennt Nicole Fischer als Covid-19 Verantwortliche der Riege. Die genannte Verantwortliche ist für die Kontrolle der Einhaltung des Schutzkonzeptes verantwortlich, und ist Ansprechperson für Trainer, Turnerinnen und Eltern in Fragen betreffend Covid-19 Schutzmassnahmen und Umsetzung.
Die benannte Verantwortliche ist in der Pflicht, sich betreffend der Situation zu informieren und allenfalls neue Erkenntnisse weiterzugeben oder entsprechend zu reagieren.

Richtlinien für das Training ab dem 25.Mai 2020

Infrastruktur (Training):

- Gemäss Schutzkonzept der Stadt Kriens darf in einer 1-fach Turnhalle mit max. 3 Gruppen à 5 Personen trainiert werden. Die Geti hat am Montag und Freitag zwei Hallen zur Verfügung. Somit dürften sich max. 30 Personen in der Doppelhalle aufhalten. Laut erstelltem Trainingsplan wird die Höchstzahl nie erreicht. (siehe Trainingsplan)
- Das Training findet in der Roggern Turnhalle in Kriens statt.
- Im Training wird zur Sicherheit der Turnerinnen (Hilfestellung nicht möglich) vor allem der Muskelaufbau, Kondition, Beweglichkeit trainiert. Oder es werden Elemente geturnt, die die Turnerinnen gefahrlos alleine ausüben können.
- Auch werden in einem Training nur ein bis zwei Geräte aufgestellt.
- Vor dem Auf- rsp. Abbau der Turngeräte werden die Hände mit Seife mindestens 30 Sek gewaschen, desinfiziert.
- Jede 5 er Gruppe wird von einem Trainer oder einer Begleitperson unterstützt, damit der 2 Meter Abstand eingehalten wird.

Infrastruktur (Ein- und Austritt):

- Vor dem Training muss ausserhalb der Halle auf die Öffnung und den einzelnen Einlass in die Halle mit einem Abstand von 2m auf die nächste Person gewartet werden.
- Die Kinder dürfen beim Eingang der Halle 1 in die Halle, bei der Halle 2 aus der Halle laufen
- Eltern und Begleitpersonen haben keinen Zutritt in die Halle
- Die Turnerinnen erscheinen in Trainingskleidern in der Halle
- Umkleidekabine und Duschen sind geschlossen
- Toiletten sind einzeln zu benutzen

Infrastruktur (Material)

- Die Geräte werden zwischen dem Gebrauch einer neuen Gruppe mit Desinfektionsmittel gereinigt (Matten, Ringe, Reckstangen, Minitrampolin)
- Die Mattenbahn für das Bodenturnen ist Eigentum des TiV, und wird nicht von den Schulklassen benutzt.
- Es werden möglichst wenig Geräte verwendet
- Desinfektionsmittel wird durch den Verein zur Verfügung gestellt
- Zusätzlich werden die Reinigungsvorschriften des Sporthallenbetreibers beachtet.
- Auf das Benutzen des Magnesiums wird verzichtet.

Training (Anreise und Zugang zur Halle)

- Wir empfehlen, zu Fuss oder mit dem Velo zur Halle zu kommen. Es werden keine Fahrgemeinschaften gebildet und der öffentliche Verkehr ist nach Möglichkeit zu vermeiden.
- Ist die Nutzung des öffentlichen Verkehrs unvermeidlich, sind die Hygiene- und Verhaltensregeln für den ÖV einzuhalten.
- Die Trainierenden dürfen nur pünktlich auf die Trainingszeit das Turnhallengebäude betreten. Die Trainierenden verlassen die Anlage unmittelbar nach Trainingschluss, damit keine

Begegnungen mit der nachfolgenden Trainingsgruppe entstehen.

- Beim Betreten der Halle, beim Auf- und Abbau der Geräte und beim Verlassen der Halle muss der Abstand von 2 Metern zwischen allen Personen eingehalten werden. Auf Handshakes wird verzichtet. Allfällige Abstandsmarkierungen durch die Hallenbetreiber sind zu beachten.

Training (Verpflegung)

- Jede Turnerin nimmt zum Training ihre eigene Trinkflasche mit.
- Die Trinkflasche darf nicht weitergegeben werden.
- Die Abstandsregeln sind auch während den Wartezeiten einzuhalten.

Training (Durchführung)

- Für die Trainings, welche montags und freitags stattfinden, wird ein spezieller Plan erarbeitet.
- Für diese werden sieben 4-5er Gruppen gebildet.
- Die Trainings finden folgendermassen statt:

Geräteturnen ab 25. 5

Montag

Zeit	Leiter	Kinder
16.30-17.30 Uhr	Leiter 1	4-5 Turnerinnen (K1)
16.45-17.45 Uhr	Leiter 2	4-5 Turnerinnen (K1/K2)
17.00 – 18.00 Uhr	Leiter 3	4-5 Turnerinnen (K2/K3)
17.15 – 18.15 Uhr	Leiter 4	4-5 Turnerinnen (K3)
17.30 – 18.30 Uhr	Leiter 1	4-5 Turnerinnen (K4)
17.45 - 18.45 Uhr	Leiter 2	4-5 Turnerinnen (K4/K5)
18.00 – 19.00 Uhr	Leiter 3	4-5 Turnerinnen (K5)

Posten (jeweils 15 Minuten)

1. Einwärmen und dehnen
2. Schwingen an den Ringen
3. Krafttraining
4. Sprung (Strecksprünge)

Freitag

Zeit	Leiter	Kinder
17.30-18.30 Uhr	Leiter 1	4-5 Turnerinnen (K1)
17.45-18.45 Uhr	Leiter 2	4-5 Turnerinnen (K1/K2)
18.00 – 19.00 Uhr	Leiter 3	4-5 Turnerinnen (K2/K3)
18.15 – 19.15 Uhr	Leiter 4	4-5 Turnerinnen (K3)
18.30 – 19.30 Uhr	Leiter 1	4-5 Turnerinnen (K4)
18.45 - 19.45 Uhr	Leiter 2	4-5 Turnerinnen (K4/K5)
19.00 – 20.00 Uhr	Leiter 3	4-5 Turnerinnen (K5)

Posten (jeweils 15 Minuten)

1. Einwärmen
2. Reck (stützen, hängen)
3. Krafttraining
4. Boden (rollen, Rad, Handstand)

- Die Teilnahme an den Trainings ist für die Turnerinnen sowie die Trainer freiwillig.
- Turnerinnen und Trainer, welche sich nicht wohl fühlen, ist der Eintritt in die Halle verboten.
- Die Teilnahme der Turnerinnen wird durch die AWK dokumentiert

Training

- Das Training ist ein Aufbau, und Erhaltungstraining
- Im Training wird sich der Trainer auf verbale und visuelle Korrekturen beschränken
- Die Hilfestellung ist nur unter Einhaltung der «social distance» Regelung möglich.
- Gemäss Schutzkonzept des STV wird dem Trainer eine Maske und Handschuhe pro Training (oder mehr falls benötigt) bereitgestellt.

Training (Unfall/Gefahrensituation)

- In einer Gefahrensituation oder einem Unfall kann der Trainer die 2m Abstand nicht einhalten.
- In diesem Fall muss sich die betreuende Person (Trainer) nach der Situation entsprechend desinfizieren und eine Schutzmaske anziehen.

Vorgaben (Turnerin)

- Es dürfen nur absolut symptomfreie Turnerinnen ins Training kommen.
- Falls eine Turnerin engen Kontakt mit einer Risikogruppe hat (z.B. gleicher Haushalt oder Schule) ist dies mit dem Covid-19 Verantwortlichen zu besprechen.
- Turnerinnen, die sich nicht an die Regeln des Schutzkonzeptes halten, dürfen vom Trainer oder vom Covid-19 Verantwortlichen vom Training ausgeschlossen werden.
- Das Training ist so zu planen, dass die Regelungen im Schutzkonzept eingehalten werden.

Vorgaben (Trainer)

- Es dürfen nur absolut symptomfreie Trainer ins Training kommen.
- Falls ein Trainer engen Kontakt mit einer Risikogruppe hat (z.B. gleicher Haushalt oder Beruf) ist dies mit dem Covid-19 Verantwortlichen zu besprechen.
- Trainer, die sich nicht an die Regeln des Schutzkonzeptes halten, dürfen vom Covid-19 Verantwortlichen vom Training ausgeschlossen werden.

Vorgaben Eltern

- Eltern und Begleitpersonen haben keinen Zutritt zur Halle. Die Eltern werden gebeten, vor der Halle auf die Kinder zu warten. (Mindestabstand beachten)

Kommunikation und Inkrafttreten

- Das Schutzkonzept gilt per 25.05.2020

- Versand per Mail an alle Aktivmitglieder, Trainer und VS TiV Kriens
- Das Schutzkonzept wird auf der HP des TiV Kriens eingepflegt

Karin Haag
Vize-Präsidentin TiV Kriens
Präsidentin TK Jugend
079/415 1 30
karin.haag@tivkriens.ch

Kriens, 17.05.2020

