

Covid-19 Schutzmassnahmen für die Clubs und Vereine

1. Ausgangslage:

- Der Bundesrat hat per Notrecht Massnahmen verordnet
- Es gilt die Verordnung 2 über Massnahmen zur Bekämpfung des Coronavirus (COVID-19)
- Gruppen von mehr als fünf Personen sind verboten
- 10 Quadratmeter pro Person und/oder Mindestabstand 2-Meter, kein Körperkontakt
- Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung der Infektionsketten
- Einhalten der Hygienevorschriften des BAG
- Vorbehalten bleiben zusätzlich Vorgaben der Kantone

Ziele Pencak Silat Verband Schweiz:

- Die Regeln, Prozesse und Anweisungen entsprechen den behördlichen Anforderungen und werden mit Empfehlungen ergänzt.
- Message an die Öffentlichkeit: «Wir sind und bleiben solidarisch, wir halten uns strikte an die Vorgaben und verhalten uns vorbildlich.»
- Für die Clubs und Vereine: Klare, einfache Regeln, klare Prozesse, pragmatische und günstige Lösungen.
- Für die Silat Betreibenden: Klare, einfache Regeln und Prozesse. Sicherheit gewährleisten. Jeder Trainierende weiss, was er machen darf und was nicht.

Verantwortlichkeit: Pencak Silat Verband Schweiz gibt die zwingenden Vorgaben des BASPO und BAG weiter und empfiehlt weitergehende Massnahmen. Die Verantwortung und Umsetzung liegt bei den Schulleitern und Vereinsvorständen.

Diese Schutzmassnahmen werden kontinuierlich der aktuellen COVID-19 Verordnung und den entsprechenden Massnahmen des Bundesrats angepasst und revidiert. Pencak Silat Verband Schweiz zählt auf die Solidarität und Selbstverantwortung aller Beteiligten!

2. Vorgaben und Empfehlungen für Clubs und Vereine

Wir unterscheiden in der Folge immer zwischen gesetzlichen Vorschriften und zusätzlichen Empfehlungen (kursiv grün). Letztere können von den Clubs und Vereinen freiwillig übernommen werden und bei Bedarf gegenüber den Mitgliedern ebenfalls als Vorschriften formuliert werden.

3. Risikobeurteilung und Triage

Sportlerinnen, Sportler und Trainer 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.

4. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

An- und Abreise zum Trainingsort, wenn immer möglich mit individuellen Verkehrsmitteln (zu Fuss, Velo oder Auto), Nutzung des öffentlichen Verkehrs nur wenn nicht anders möglich unter Einhaltung der Hygienevorschriften.

5. Infrastruktur

- Der Club/Verein muss einen Covid-19-Beauftragten zur Sicherstellung aller Vorgaben benennen.
- Die Vorgaben von 10 Quadratmetern pro Person, 2 Metern Abstand, max. 5 Personen pro Trainingsraum und keinem Körperkontakt müssen sichergestellt sein.
- Ein System zur Anmeldung für das Training, unter der Berücksichtigung der Gruppengrösse ist zwingend für alle Clubs und Vereine. Eine telefonische Lösung mit einem Reservationsbuch ist auch möglich. Spontane Ansammlungen von Personen sind zu vermeiden und das Nachverfolgen der Infektionsketten (Contact Tracing) soll sichergestellt sein.
- Umkleide und Toiletten dürfen nur geöffnet werden, wenn die Hygiene- und Abstandsvorschriften eingehalten werden können. Die Benutzung der Nasszelle ist verboten. Die Mitglieder, sollen wenn immer möglich bereits umgekleidet ins Training erscheinen; nach dem Training möglichst rasch nach Hause gehen.
- Der Club/Verein erlässt die Richtlinien, die das Zusammentreffen nacheinander trainierender Gruppen aufs Minimum reduziert (z.B. mindestens 15 Minuten zwischen den Gruppen und kontrollierter Ein- und Auslass).
- Abfalleimer werden eingesammelt oder abgedeckt. Der Abfall ist zu Hause zu entsorgen.
- WC's, Türgriffe und andere Flächen werden regelmässig gereinigt und desinfiziert.
- Verpflegung (z. B. Café im Trainingscenter, Automaten etc.) unterliegen den Vorgaben des Bundes für die Gastronomie.
- Aufenthaltsräume bleiben geschlossen und abgesperrt.
- Das Trinkwassersystem muss vor Wiederinbetriebnahme durchspült werden.
- *Es wird empfohlen, keine Gäste oder Eltern zuschauen zu lassen und ausschliesslich die Mitglieder zuzulassen.*
- *Für die Senioren 65+ empfehlen wir ein eigenes Zeitfenster vorzusehen, z.B. morgens 9-11 Uhr. Den weiteren Risikogruppen wird vom Besuch des Clubs/Verein abgeraten.*
- *Türen und Tore sollten wo möglich offengelassen werden, um Berührungen zu minimieren.*

6. Trainingsformen und Organisation

Die folgenden Massnahmen beziehen sich auf den Breitensport, Turniere und Wettkämpfe sind bis auf weiteres nicht erlaubt.

Mit der gemeldeten und bestätigten Teilnahme am Training, akzeptiert das Mitglied folgende Vorgaben:

- Sämtliche Vorgaben des Bundesrats und BAG müssen eingehalten werden (Distanz, Hygienemassnahmen).
- Der Trainer, welcher das Training leitet, ist verantwortlich für die Einhaltung der Massnahmen, Empfehlungen und die maximale Anzahl Teilnehmer.
- Teilnahmen pro Training müssen gemeldet und bestätigt sein.
- Der Trainer führt eine Liste über die Teilnehmer, Datum und Zeit.
- Vor und nach dem Training müssen die Hände gewaschen werden.
- Das Training soll prioritär als Individualtraining aufgebaut sein, auf Partnerübungen ist zu verzichten.
- Korrekturen zu den Konditions- oder Dehn-Übungen, Formen und Grundtechniken müssen aus genügender Distanz gemacht werden, keine Berührungen oder Herumgehen zwischen den Trainierenden.
- Mitglieder dürfen maximal 5 Minuten vor ihrer Trainingszeit den Club/Verein betreten.

- Mitglieder tauschen keine Gegenstände aus.
- Die Mitglieder nehmen ihr eigenes Trainingsequipment mit.
- Beim Training mit Club/Vereins-Equipment (Sandsäcke, Gewichte, etc.) muss dieses nach jedem Mitglied durch den Trainer gereinigt und desinfiziert werden.
- Auf das traditionelle „Shake-Hands“ ist zu verzichten.
- Abfall wird zu Hause entsorgt.
- Mitglieder müssen den Club/Verein spätestens 5 Minuten nach Beendigung des Trainings verlassen haben.
- Die Eltern sind verantwortlich, dass auch Kinder und Jugendliche die Vorgaben vollumfänglich einhalten.
- *Alle Mitglieder sollten nach Möglichkeit ein Desinfektionsmittel mit im Training haben, um sich vor allem nach Training die Hände desinfizieren zu können.*

7. Mitgliederinformation

- Die Vorgaben «Trainingsformen und Organisation» müssen allen Mitgliedern kommuniziert werden und im Club/Verein angeschlagen werden.
- Das BAG-Plakat «So schützen wir uns» wird aufgehängt (Download: Homepage BAG).
- Der CONVID-19-Beauftragte des Clubs/Vereins ist die Anlaufstelle für alle Fragen der Mitglieder. Seine Kontaktdaten müssen dementsprechend kommuniziert werden.

8. Kommunikation

Folgende Verteilung der entsprechenden Dokumente ist vorgesehen:

- Clubs und Vereine (kompletter Vorstand und Trainer mit Aushang im Club/Verein)
- Webseite vom Pencak Silat Verband Schweiz (www.psvs.ch)