SWISS TRIATHLON // Haus des Sports // Talgut-Zentrum 27 // 3063 Ittigen bei Bern // Switzerland
Phone +41 31 359 72 80 // info@swisstriathlon.ch // www.swisstriathlon.ch

Breiten- und Leistungssport
Ittigen, 01.05.2020 / mr

Covid-19 Schutzmassnahmen - Empfehlungen für Triathlon Clubs

Die Vorgaben des Bundesrats vom 16.04.2020 erlauben den Freizeitsport unter gewissen Bedingungen. Swiss Triathlon spricht folgende Empfehlungen aus.

Ausgangslage:

- Der Bundesrat hat per Notrecht Massnahmen verordnet.
- Es gilt die COVID-19-Verordnung vom 16.03.2020.
- Gruppen von mehr als fünf (5) Personen sind verboten.
- Mindestabstand 2-Meter.
- Hygienevorschriften des BAG.

Ziele Swiss Triathlon:

- Unsere Regeln, Prozesse und Anweisungen entsprechen den behördlichen Anforderungen (es können Polizeikontrollen stattfinden).
- Die Message an die Öffentlichkeit ist klar: «Wir sind und bleiben solidarisch, wir halten uns strikte an die Vorgaben und wir wollen keine Sonderregelung». Wir verhalten uns vorbildlich, denn dies dient dem Triathlonsport.
- Für die Clubs und Anlagen: Klare, einfache Regeln, klare Prozesse, pragmatische und günstige Lösungen.
- Für die Athletinnen und Athleten sowie Trainerinnen und Trainer: Klare, einfache Regeln und Prozesse. Diese geben Sicherheit, alle wissen, was erlaubt ist und was nicht.

Verantwortlichkeit:

Swiss Triathlon kann die Massnahmen nur empfehlen. Die Verantwortung und Umsetzung liegt bei den jeweiligen Clubvorständen sowie den Betreibern der Anlagen (Hallen-, Freibäder und sonstigen Sportanlagen).

Swiss Triathlon zählt auf die Solidarität und Selbstverantwortung aller!

Allgemeine Empfehlung für alle Athletinnen und Athleten:

Keine sehr intensiven Trainings-Einheiten!
Durch sehr intensive Trainings-Einheiten bleibt die Immunabwehr im Anschluss vorübergehend reduziert, weshalb das Risiko für Infektionen wie z.B. eine Erkältung kurzfristig erhöht ist. Da auch bei einer Erkältung mit Halsschmerzen eine 10-tägige Selbst-Isolation notwendig wird, soll dieses Risiko möglichst vermieden werden.

1. Vorgaben für den Trainingsbetrieb

- Der Club benennt einen Covid-19-Beauftragten zur Sicherstellung aller Vorgaben.
- Die Trainerin, der Trainer ist verantwortlich, dass die Rahmenbedingungen des BAG's während dem Training eingehalten werden.
- Damit spontane Ansammlungen von Personen vermieden werden und die Rückverfolgung der Teilnehmenden sichergestellt ist, muss **vor jedem Training** (telefonisch oder elektronisch) die Anzahl der am Training teilnehmenden Personen organisiert und kontrolliert werden. Die Trainerin oder der Trainer hält dazu in einer Liste die Kontaktdaten der Athletinnen und Athleten schriftlich fest und lässt diese durch den Covid-19-Beauftragten des Clubs genehmigen.
- Der Club erlässt die Richtlinien, die das Zusammentreffen nacheinander trainierenden Personen aufs Minimum reduziert.
- Keine Zuschauer/Eltern beim Training.
- Die Athletin, der Athlet verlässt unmittelbar nach dem Training den Trainingsplatz.
- Wir empfehlen, wenn immer möglich, die eigenen Trainingsutensilien mitzubringen (keinen Tausch von Trinkflaschen!).
- Wenn möglich sollten die Trainings immer mit derselben Athletengruppe durchgeführt werden (Durchmischungen von Athletinnen und Athleten sind zu vermeiden).

Schwimmen (Bad):
Pro Training sind max. 4 Athletinnen/Athleten, 1 Coach anwesend.

Es gelten die Richtlinien der jeweiligen Betreiber des Bades. Diesen wird unbedingt Folge geleistet.

Schwimmen (open water):
Es gelten die Baderegeln der SLRG und die Tipps der Beratungstelle für Unfallverhütung (bfu), siehe Links:

https://www.slrg.ch/fileadmin/user_upload/SLRG_CH_2015/Prävention/4x6_Regeln/Baderegeln/Baderegeln.pdf

Auftriebshilfen im offenen Gewässer:
https://www.bfu.ch/de/ratgeber/baden-und-schwimmen

Wassertemperaturen und Streckenlänge/Dauer im Wasser:
Bitte berücksichtigt das Wettkampfreglement von Swiss Triathlon (Punkt 6.2/6.3)
https://swisstriathlon.ch/wp-content/uploads/2018/03/Wettkampfreglement-2019.pdf

Ausbildung Trainerinnen und Trainer:
SLRG Modul See

Radfahren (outdoor):
- Maximale Gruppengrösse von 5 Personen sowie den Abstand von 2 m respektieren.
- Radfahren auf risikoarmen und bekannten Strecken.
- Vermeiden von risikoreichem Verhalten bei Abfahrten, engen Kurven, Strassenverengungen, etc.

Lauf- und Krafttraining:
- Maximale Gruppengrösse und von 5 Personen sowie den Abstand von 2 m respektieren.

2. Vorgaben für die Benutzung von Anlagen

Es gelten grundsätzlich die Vorschriften der jeweiligen Betreibern der Anlagen (Hallen-, Freibäder und sonstigen Sportanlagen).

Bei nicht überwachten Anlagen (z.B. Strandbäder, 400 m Bahnen) gelten die folgenden Richtlinien.

Erlaubt: Training mit 2 m Abstand (10m^2 pro Person), maximale Gruppengrösse (5 Personen) respektieren, Benutzung Toiletten

Nicht erlaubt: Benutzung Garderoben (Duschen), Restaurants

3. Vorgaben für die Triathletinnen und Triathleten

Mit der Anmeldung (telefonischen/elektronischen) für das Training, akzeptiert die Triathletin, der Triathlet folgende Vorgaben. Bei Missachtung kann sie oder er vom Training weggewiesen werden.

- Sämtliche Vorgaben des Bundesrats müssen eingehalten werden. (Distanz, Hygienemassnahmen).
- Teilnehmende am Training dürfen maximal 5 Minuten vor dem Training auf die Anlage kommen. (Empfohlen zu Fuss, Velo oder Auto, bitte den ÖV wenn möglich meiden).
- Auf traditionelle „Begrüssungs- und Abschiedsrituale" ist zu verzichten.
- Alle am Training Teilnehmenden haben ein Desinfektionsmittel dabei, um sich vor allem nach dem Training die Hände unbedingt zu desinfizieren (auf korrekte Anwendung gemäss BAG achten).
- Trainingsutensilien werden selber mitgebracht. Ist dies nicht möglich wird das Material nach Gebrauch gereinigt und desinfiziert.
- Athletinnen und Ahtleten erscheinen bereits umgezogen (Sportkleider) zum Training.
- Athletinnen und Athleten müssen die Anlage spätestens 5 Minuten nach Beendigung des Trainings verlassen haben.

4. Vorgaben für die Coaches

Die Trainerinnen und Trainer übernehmen die Verantwortung für die Einhaltung folgender Massnahmen:

- Die Durchführung von Trainings sind erlaubt, bedürfen aber der ausdrücklichen Erlaubnis des Clubvorstands. Die Clubmitglieder müssen über die neuen Verhaltensregeln informiert sein.
- Die Coaches beachten die Hygienemassnahmen und Abstandsregeln.
- Alle am Training Teilnehmenden haben ein Desinfektionsmittel dabei, um sich vor allem nach dem Training die Hände unbedingt zu desinfizieren (auf korrekte Anwendung gemäss BAG achten).
- Trainingsutensilien werden, wenn nicht von den Trainierenden selber mitgebracht, nach Gebrauch gereinigt und desinfiziert.
- Der Minimalabstand von 2 Metern zwischen Coach und den Athletinnen und Athlet wird jederzeit eingehalten.
- Die Teilnahme am Training muss **vor** dem Training angemeldet und bestätigt sein.
- Teilnehmende Personen dürfen maximal 5 Minuten vor dem Training zum Treffpunkt kommen.
- Teilnehmende Personen verlassen maximal 5 Minuten nach dem Training die Anlage.

- Für medizinische Notfälle (1. Hilfe bei Verletzungen) sollte der Coach mindestens zwei Gesichtsmasken sowie medizinische Handschuhe dabei haben.
- Das J+S-Training mit Kindern und Jugendlichen unterliegt zusätzlich den Vorgaben und Richtlinien des BASPO.

Kommunikation

Dieses Schutzkonzept für den Triathlonsport wird dem BASPO und Swiss Olympic am **Freitag, 1. Mai 2020 zur Vernehmlassung zugestellt**.

Nach Abschluss der Vernehmlassung ist folgende Verteilung der entsprechenden Dokumente vorgesehen:

- Clubs (Clubpräsidenten sowie Trainerinnen und Trainer)
- Veranstalter (Trainingsgruppen)
- Webseite von Swiss Triathlon
- Infomailing an alle lizenzierten Triathletinnen und Triathleten mit allen Auflagen und dem Hinweis, sich bei ihrem Club direkt nach weiteren geltenden Regelungen zu informieren.
- Clubs und Veranstalter informieren ihre Mitglieder/Zielgruppe per Mail und durch Aufschalten dieser Info auf ihrer Homepage.