



FEDERATION SUISSE D'HALTEROPHILIE AMATEUR/  
SCHWEIZERISCHER AMATEUR-GEWICHTHEBER-VERBAND/  
FEDERAZIONE SVIZZERA DI SOLLEVAMENTO PESI AMATORIALE



# Covid-19-Schutzkonzept

Schweizerischer Amateur Gewichtheber Verband SAGV

Version 1.0 vom 02.05.2020

# Inhaltsübersicht

<b>A. Ausgangslage</b> .....	3.
1. Ziel des Schweizerischen Amateur Gewichtheber Verband und seinen Mitgliedsvereinen.....	3
2. Angeschlossene Crossfit Betriebe am SAGV.....	3
3. Gewichtheben als kontaktlose Einzelsportart.....	3
4. Trainingsgelände.....	3
5. Gültigkeit der Massnahmen.....	4
<b>B. Durchzuführende Schutzmassnahmen</b> .....	4
1. Risikobeurteilung und „Triage“.....	4
a. Anzeichen oder Nachweis einer Infektion.....	4
b. Personen der Risikogruppe.....	4
2. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort.....	4
3. Infrastrukturen / Lokale.....	5
a. Umkleideraum.....	5
b. Duschen.....	5
c. Toiletten.....	5
d. Reinigung und Reinigungsmittel.....	5
e. Verpflegung und Pausen.....	5
f. Zugänglichkeit und Organisation zu und in die Infrastruktur.....	5
g. Hygiene Plakate des BAG.....	5
h. Restaurant, Shops und Aufenthaltsräume (Clubhaus).....	5
4. Trainingsformen und Organisation.....	5
a. Material.....	5
b. Risiko/Unfallverhalten.....	5
c. Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden.....	6
5. Verantwortung für die Umsetzung und weiteres Vorgehen der Vereine.....	6
a. Kommunikation der Regeln.....	6
b. Verantwortlichkeit innerhalb des Vereins.....	6
c. Verstösse und Sanktionen.....	6
d. Vereinskommunikation.....	6
<b>C. Kommunikation des SAGV</b> .....	6
<b>D. Vorgehensweise der Vereine für Ihr Schutzkonzept</b> .....	7
<b>E. Verantwortlichkeit seitens des SAGV</b> .....	7

## A. Ausgangslage

Das Schutzkonzept gemäss Verordnung des Bundesrates, gestützt durch das BASPO, das BAG und Swiss Olympic soll den kontaktlosen Sportarten aufzeigen wie im Rahmen der nach wie vor geltenden übergeordneten Schutzmassnahmen Sporttrainings im Breiten und Leistungssport wieder stattfinden könnten. Das Schutzkonzept des Verbandes SAGV an seine Mitglieder definiert die Rahmenvorgaben für die Erarbeitung Ihres eigenen Schutzkonzeptes.

### 1. Ziel des Schweizerischen Amateur Gewichtheber Verband und seinen Mitgliedervereine

Das Ziel des Schweizerischen Amateur Gewichtheber Verband ist es, den angeschlossenen Vereinen und deren Mitgliedern die Möglichkeit zu geben, ein eingeschränktes Training unter Einhaltung der vom Bund verordneten Distanzierungsmassnahmen wieder aufzunehmen. Das vorliegende Konzept sieht nicht die vollständige Wiederaufnahme von Gruppentrainings vor, sondern nur in begrenztem Umfang. Jeder Verein oder Sportorganisation einschliesslich der angeschlossenen Crossfit Betriebe werden die Massnahmen umsetzen und ihrer Trainings und Zeitpläne anpassen müssen, um die Empfehlungen unbedingt zu berücksichtigen. Social Distancing von 2 Meter Mindestabstand zwischen allen Personen, 10m<sup>2</sup> pro Person muss zu jeder Zeit eingehalten werden wie auch die Hygiene Auflagen des BAG sowie jeglicher körperliche Kontakt ist zwingend zu unterbinden.

### 2. Angeschlossene Crossfit Betriebe am Schweizerischen Amateur Gewichtheber Verband

Der Schweizerische Gewichtheber Verband hat auch Crossfit Betriebe die ihm angeschlossenen sind, welche aber nicht unter die Dachorganisation von SwissOlympic fungieren. Die Crossfit Betriebe haben sich zusammengeschlossen und bereits ein einheitliches Schutzkonzept der Behörden zur Genehmigung vorgelegt. Das genehmigte Schutzkonzept der Crossfit Betriebe wird in derer Form einheitlich in allen Crossfit Betrieben umgesetzt bei Validierung der Entscheidungsbehörden. Das Schutzkonzept des Schweizerischen Amateur Gewichtheber Verband soll für die Crossfit Betriebe gelten für Gewichtheber Training in Ihren Lokale.

### 3. Gewichtheben als kontaktlose Einzelsport

Gewichtheben ist eine Einzelsportart in der jeder an seiner Hantel alleine trainieren kann. Auch das sonstige Krafttraining erfolgt alleine. Die Übungen können durch einen Trainer assistiert werden unter Einhaltung des Social Distancing. Dadurch kann gewährleistet werden das dass normale Gewichtheber Training absolviert werden kann.

**Schnupperkurse und Anfängerkurse sind bis auf weiteres verboten.**

### 4. Trainingsgelände

Die Lokalitäten müssen eine genügende freie Fläche verfügen um das Social Distancing einzuhalten. Bei der Lage der Plattformen in den jeweiligen Lokalen ist der Mindestabstand von 2 Meter oder mehr einzuhalten. Wenn dies nicht gegeben ist müssen die jeweiligen Lokale die Plattformen verstellen und anpassen. Wird im Fitnessbereich trainiert ist auch der Abstand von 2 Meter oder mehr einzuhalten. Die Dimensionen der Zonen sei es im Trainingsbetrieb oder im Fitnessbetrieb müssen es erlauben, einen persönlichen Platz von mindestens 10m<sup>2</sup> pro Person bereitzustellen und den Mindestabstand von zwei Metern zwischen den Athleten einzuhalten. Die Anzahl der in der Zone anwesenden Personen darf die Anzahl der Personen, die in der Zone zugewiesen werden können, nicht überschreiten.

**In keinem Fall dürfen sich mehr als fünf Personen in den Zonen aufhalten.**

## 5. Gültigkeit der Massnahmen

Das vorliegende Schutzkonzept gilt für die Wiederaufnahme von Gewichtheber Trainings als Kontaktloser Einzelsport. Im Rahmen der stufenweisen Lockerungen werden aktualisierte Versionen bis in den Normalbetrieb folgen.

**Wettkämpfe sind bis auf weiteres nicht gestattet.**

## B. Durchzuführende Schutzmassnahmen

### 1. Risikobeurteilung und „Triage“

Die Teilnahme an Trainingsgruppen (max. 5 Personen) oder Einzeltraining ist nur möglich wenn die Athleten die folgenden Bedingungen erfüllen:

#### a. **Anzeichen oder Nachweis einer Infektion:**

Athleten, Trainer, Coach mit entsprechenden Covid-19 Krankheitssymptomen dürfen sich nicht in die Trainingslokale begeben und sollen ihren Arzt zuerst kontaktieren oder sich in Selbstinsolation begeben.

Wenn die Symptome sich nach einem Training bemerkbar machen, informiert der betroffene Athlet unverzüglich die verantwortliche designierte Person des jeweiligen Vereins. Dies gilt auch selbstverständlich wenn sich die Symptome schon vor dem Training bemerkbar machen. In dieser Situation ist es sowieso dem Athleten untersagt ein Trainingsbetrieb aufzusuchen.

#### b. **Personen der Risikogruppen:**

Der Schweizerische Amateur Gewichtheber Verband empfiehlt den Personen der Risikogruppe sich nicht zu den Trainingsstätten zu begeben und sich auch nicht an Trainingsgruppen zu beteiligen.

### 2. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

Die Anreise erfolgt möglichst mit individuellen Verkehrsmittel (Auto, Velo, zu Fuss usw.). Auf die Benutzung des öffentlichen Verkehrs soll wenn möglich verzichtet werden ansonsten sind dort auch wieder die nötigen Schutzmassnahmen zu befolgen wie Abstand halten und evtl. das Tragen einer Schutzmaske. Sei es bei der Ankunft wie auch dem Verlassen des Trainingslokals sollte die 2 Meter Regelung (Social Distancing) eingehalten werden.

- Auf Händeschütteln, Umarmungen und dergleichen Begrüssungsmethoden ist zu verzichten.
- Jeglicher Körperkontakt ist zu vermeiden wie auch die Gruppenbildung.

### 3. Infrastrukturen / Lokale

#### **a. Umkleideraum:**

Die Athletinnen und Athleten sollen bereits in den Trainingskleidern erscheinen, damit die Aufenthaltszeit in der Garderobe verringert werden kann. Nach dem Training gehen die Personen schnellst möglich nach Hause ohne sich noch in der Umkleide umzuziehen.

#### **b. Duschen:**

Die Duschen sind zu schliessen.

#### **c. Toiletten:**

Eine Toilette pro Lokal darf offen bleiben.

#### **d. Reinigung und Reinigungsmittel:**

Oberflächen und Gegenstände werden nach jedem Gebrauch regelmässig und bedarfsgerecht gereinigt und desinfiziert. Insbesondere wenn diese von mehreren Personen berührt werden (zb. Türgriffe, Lichtschalter und dergleichen). Dies gilt auf für den benutzen Hygienebereich wie Toiletten. Das Trainingslokal stellt genügend Reinigungsmaterial zur Verfügung wie Desinfektionsmittel, Seife welches sichtbar sein muss und in den Zonen vorhanden sein muss wie auch in den Lokalräumlichkeiten.

#### **e. Verpflegung und Pausen:**

Die Athletinnen und Athleten bringen Ihre eigene Trinkflaschen und die Verpflegung mit. Entsorgung erfolgt Zuhause. Die Abstandsregeln sind auch während den Pausen einzuhalten.

#### **f. Zugänglichkeit und Organisation zur und in der Infrastruktur:**

Vor und nach dem Training reinigen sich die Personen die Hände. Vor und nach dem Training reinigen / desinfizieren die Athletinnen und Athleten die benutzten Hanteln und Geräte.

#### **g. Hygiene Plakate des BAG:**

Die Hygiene Plakate „so schützen wir uns“ des BAG müssen zwingend aufgehängt werden und für alle sichtbar sein, sei es am Eingang und in den Räumlichkeiten.

#### **h. Restaurant, Shops und Aufenthaltsräume (Clubhaus).**

Restaurants, Shops und Aufenthaltsräume und Terrassen unterliegen den Vorgaben des Bundesrates und werden in diesem Schutzkonzept nicht definiert. Es wird auf die Verordnung 2 über Massnahmen zur Bekämpfung des Corona Virus, SR 818.101.24 hingewiesen. Für den Verkauf von Esswaren und Getränke gelten die in der Verordnung festgelegten Regeln und die Schutzmassnahmen des BAG.

### 4. Trainingsformen und Organisation

#### **a. Material:**

Die Athletinnen und Athleten benutzen jeweils eine Plattform für Ihr Training. Wird ein Plattformwechsel nötig (Kniebeugeständer etc.) wird die schon benutzte Hantel mitgenommen und mit dieser weiter trainiert. Auf jeder Plattform muss genügend Material für das Training vorhanden sein, wie auch Reinigungsmaterial.

#### **b. Risiko/Unfallverhalten:**

Es besteht bei der Umsetzung dieses Konzeptes bei Training Betrieb keine grössere Unfallgefahr als bei normalem Training.

### c. **Schriftliche Protokollierung der Teilnehmende:**

- Die maximale Grösse der Trainingsgruppe (inkl. Trainer oder Coach) beträgt Maximum 5 Personen.
- Die Anmeldung kann erfolgen über ein elektronisches Tool als Bsp. von sportmeo.
- Wer nicht davon Gebrauch machen will, muss eine genaue schriftliche Protokollierung machen, der Trainingszeiten, Anzahl Teilnehmenden mit Namen und Adressen, Zeitmanagement, Ankunftszeit und Abreisezeit der jeweiligen Athleten. Die vorgegebene Anzahl der Teilnehmer muss immer gewährleistet werden und protokolliert sein.
- Die Trainierenden tragen sich in einer Liste vor Ort ein zur Protokollierung und zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.

## 5. Verantwortung für die Umsetzung und weiteres Vorgehen der Vereine.

### a. **Kommunikation der Regeln:**

Jeder Verein ist dafür verantwortlich die Richtlinien den Teilnehmer in ihrer Infrastruktur bekannt zu machen.

### b. **Verantwortlichkeit innerhalb des Vereins:**

Jeder Verein bestimmt eine Covid-19 Verantwortliche Person der zuständig ist für die Umsetzung und Einhaltung des Konzeptes in allen seinen Richtlinien

### c. **Verstösse und Sanktionen:**

Verstösse gegen die Richtlinien für die Dauer der Schutzmassnahmen können mit einem Zutrittsverbot belegt werden. Die Lokalitäten können von der Behörde, der Polizei und dem Verband selbst kontrolliert werden. Bei Nicht Umsetzung kann eine Sanktion ausgesprochen werden.

### d. **Vereinskommunikation:**

Das Dokument sollte an jeder Person die an den Trainings teilnehmen möchte, zugestellt werden. Auf den jeweiligen Internetseiten der Vereine ebenfalls.

Dieses Konzept dient den Vereinen für deren korrekte Umsetzung Ihrer Konzepte in allen seinen vorgegebenen Details. Jeder Verein hat eine Covid-19 Person zu bestimmen die für die Umsetzung und Einhaltung des Konzeptes verantwortlich ist. Es wird von allen erwartet dass sie sich an die Regeln halten und diese durchsetzen. Jeder ist dafür verantwortlich, sich selbst und andere zu schützen. Die Leiter der Vereine sorgen dafür dass die Regeln und Richtlinien an den Trainingsorten eingehalten werden. Das Schutzkonzept soll auch in den Lokalitäten aufgehängt werden sowie auch die Hygiene Regeln des BAG. Die verantwortliche Covid-19 Person in jedem Verein kontrolliert regelmässig die Einhaltung der Massnahmen auf der ganzen Linie. Der Verband übernimmt keine Verantwortung für eine nicht korrekte Umsetzung des Schutzkonzeptes in den jeweiligen angeschlossenen Vereine.

## C. **Kommunikation des SAGV**

Das Schutzkonzept des Schweizerischen Amateur Gewichtheber Verband wird dem BASPO und SwissOlympic zur Genehmigung vorgelegt. Sobald das Konzept genehmigt ist wird es wie folgt kommuniziert und gehandhabt.

- Kommunikation per E-Mail an die Vereine.
- Aufschaltung des Konzeptes auf der Verbands Homepage.
- Bekanntmachung auf den sozialen Netzwerken.

Vereine und deren Crossfitbetriebe müssen die erforderlichen Regeln und Massnahmen des SAGV an den Trainingsstätten aushängen und die Informationen an Ihre Mitglieder, einschliesslich der passiven Mitglieder der Vereine weitergeben.

## **D. Vorgehensweise der Vereine für Ihr Schutzkonzept**

- a. Die Vereine erarbeiten ihr eigenes Schutzkonzept unter den Vorgaben des Schutzkonzeptes des Verbandes welches vom BASPO und SwissOlympic genehmigt wurde.
- b. Die Vereine lassen Ihr Schutzkonzept dem Verband zukommen zur Genehmigung. Es wurde dafür beim Verband eine Arbeitsgruppe errichtet und die Mailadressen wurden am 03.05.2020 bereits an die Vereine kommuniziert.
- c. Erst bei Bestätigung des Verbandes kann das jeweilige Schutzkonzept des Vereins genehmigt werden und der Sportbetrieb kann wieder unter Auflagen des Schutzkonzeptes aufgenommen werden.
- d. Vereine die ein Lokal einer Gemeinde oder eines Kantons mieten, müssen Ihr Schutzkonzept an die zuständigen Behörden vorlegen zur Genehmigung.

## **E. Verantwortlichkeit seitens Schweizerischen Gewichtheber Verband**

- Der Verband übernimmt keine Verantwortung bei Nicht Umsetzung des Schutzkonzeptes im Falle einer Sanktion durch die Behörden in den jeweiligen Vereinen.
- Der Verband selbst kann aber unangekündigte Kontrollen auch durchführen.
- Der Verband übernimmt auch keine Verantwortung bei einer Infektion eines Athleten und den daraus entstandenen finanziellen Ansprüchen in jeglicher Form.
- Das Konzept des Verbandes kann an die jeweiligen Lockerungen der Schutzmassnahmen, verordnet durch das BASPO und SwissOlympic weiter angepasst werden.
- Die Anpassungen werden an die Vereine weitergegeben zur Umsetzung und Anpassung an ihrem jeweiligen Schutzkonzept.