

### Anhang zum Schutzkonzept Covid-19 Swiss-Ski - Ski Alpin, gültig ab 01. März 2021

|  | Athletiktraining   | Skitraining   | Physiotherapie / Regeneration   |
|--|--|---|---|
| <b>Hygiene- und Verhaltensregeln<br/>BAG / BASPO / Swiss Olympic</b> | Allgemein:<br>- Abstandhalten (mindestens 1.5 Meter)<br>- Gründlich Hände waschen<br>- Begrüssung: kein Körperkontakt<br>- Ins Taschentuch oder in die Armbeuge husten und niesen<br>Trainingsbetrieb:<br>- Contact Tracing!<br>- Nur symptomfrei in den Trainingsbetrieb  |   |   |
| <b>Informationsmaterial und Verhaltensplakate</b>                    | - In den Trainingsräumen gut sichtbar aufhängen<br>- In den Unterkünften gut sichtbar aufhängen  |   |   |
| <b>Risikobeurteilung und Triage</b>                                  | - Falls ein Teammitglied Symptome aufweist, muss es das dem verantwortlichen Trainer melden. Dieses Teammitglied wird isoliert, danach wird die restliche Gruppe für sich isoliert bis weitere Anweisungen vom Teamarzt folgen<br>- Die erkrankte Person meldet sich sofort beim Teamarzt / Gruppentrainer   |   |   |
| <b>An- und Abreise</b>   | - Wenn möglich Anreise ohne öffentlichen Verkehr (sonst gemäss BAG-Regeln)<br>- Privat oder in Team-Fahrzeugen individuell, wenn möglich mit Zimmerpartner<br>- Bei mehreren Personen im gleichen Fahrzeug gilt Maskenpflicht<br>- Es gilt Maskenpflicht im öffentlichen Verkehr inkl. Gondelbahn (auch beim Anstehen)<br>Wenn immer möglich Masken der Stufe FFP2 oder FFP3 tragen -> Masken dieser Schutzklassen geben Schutz für andere Personen wie auch für sich selbst   |   |   |
| <b>Unterkunft</b>  | - Grundsätzlich gemäss Vorgaben vom BAG für Hotellerie<br>- Wenn möglich Einzel- und Doppelzimmer<br>- Wenn möglich immer gleiche Zimmerpartner  |   |   |
| <b>Verpflegung / Mahlzeiten</b>                                      | - Grundsätzlich gemäss Vorgaben vom BAG für Hotellerie und der betreffenden Gastronomie / Institution<br>- Maximal 4 Personen am Tisch, Zimmerpartner sitzen am gleichen Tisch; Aufteilung nach Gruppen<br>- Auf Teamverpflegung im Training wird verzichtet (z.B. grosser Teambidon).<br>- Zwischenmahlzeiten (Snacks) und Getränke müssen vom Athleten organisiert und mitgebracht werden<br>- Der Buffet Betrieb ist, wenn immer möglich zu vermeiden -> der Buffet Betrieb bietet ein hohes Risiko für eine Übertragung des Covid-19 Virus   |   |   |
| <b>Umziehen / Duschen</b>  | - Nach Möglichkeiten zu Hause oder in der Unterkunft umziehen / sanitäre Anlagen benutzen<br>- Gebrauch der Garderoben und sanitären Anlagen in den Sportanlagen ist unter Einhaltung der BAG-Regeln gestattet   |   |   |
| <b>Transport zum / vom Trainingsplatz</b>                            | - Individuell oder mit Fahrzeug wie beim Reisen  | - Gemäss BAG-Vorgaben resp. Konzept der entsprechenden Bergbahn<br>- Transport gemäss Konzept/Anweisungen Bergbahnen<br>- Gruppenreihenfolge, Gruppenzusammensetzung und Prioritäten in den Bahnen festlegen  | - Individuell   |
| <b>Training / Behandlung</b>   | - Gruppen von max. 15 Personen oder beständige Wettkampfteams (nur Profisport)<br>- Outdoor-Training: mind. 15m <sup>2</sup> pro Person<br>- Keine Spiele mit Körperkontakt<br>- Desinfektion der Trainingsgeräte bei der Übernahme<br>- Jeder Athlet übernimmt am Anfang der Trainingseinheit «seine» Geräte. Ein Tauschen der Trainingsgeräte während dem Training ist ohne Desinfektion nicht möglich<br>- Desinfektion aller Geräte nach dem Training → Bereitstellen für die nächste Trainingsgruppe<br>- Gute Lüftung des Trainingsraum muss garantiert sein<br>- In den Pausen Hände reinigen<br>- <i>Breitensport (Outdoor):</i><br><i>Gruppen von max. 5 Personen, Maskenpflicht und 1.5m Abstand</i> | - Skitraining unter Beachtung der BAG-Vorgaben und Konzept/Anweisungen Bergbahnen<br>- Gruppen von max. 15 Personen oder beständige Wettkampfteams (nur Profisport)<br>- Mindestabstand von 1.5m einhalten oder Maskenpflicht<br>- Teaminterne Sitzungen, Analysen, Besprechungen: Alles nach BAG-Vorgaben (siehe Hygiene- und Verhaltensregeln BAG); Maskenpflicht, Abstände einhalten | - Maskentragepflicht für Physiotherapeuten und Athleten<br>- Behandlungen werden nur individuell ausgeführt<br>- Gleichzeitig darf nur ein Athlet im Behandlungsraum sein<br>- Bevor die Behandlung beginnt, reinigen der Physiotherapeut und der Athlet die Hände<br>- Kontaktstellen und Ablageflächen bei Athletenwechsel reinigen (zum Beispiel Behandlungsliege, Geräte, Fenster- und Türgriffe, Lichtschalter, Stühle und Tische)<br>- Nach jeder Behandlung muss der Behandlung- und Therapieraum gut gelüftet werden<br>- Der Physiotherapeut behandelt nur Athleten von einer einzigen Trainingsgruppe<br>- Der Physiotherapeut kontrolliert/fragt täglich nach dem Gesundheitszustand sämtlicher Teammitglieder |

|   |  |  |
|---|--|--|
| <b>Training im Stützpunkt / Verantwortung</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainingsfenster für Trainingsgruppen werden geplant und kommuniziert</li> <li>- Belegungsplan inkl. Trainingszeiten und Gruppen für die Infrastrukturen</li> <li>- Die verantwortlichen Trainer führen eine Anwesenheitskontrolle</li> </ul>   | - Belegungsplan für physiotherapeutisch Behandlungen |
| <b>Aufgebot / Verantwortung</b>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sämtliche Trainings müssen mit einem schriftlichen Aufgebot mit genauen Personenangaben einberufen werden</li> <li>- Jeder individuelle Trainingsteilnehmer muss schriftlich bestätigen, dass er in bestem Gesundheitszustand und symptomfrei einrückt</li> <li>- Der anbietende Trainer ist generell verantwortlich für das Einhalten der Vorgaben</li> </ul>  |  |
| <b>Kontrolle / Protokoll</b>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Der anbietende Trainer kontrolliert die Einhaltung der oben definierten Bedingungen</li> <li>- Jeder ist selbst verantwortlich, dass die Vorgaben in seinen Teilarbeitsbereichen eingehalten werden (Physiotherapie, Athletiktraining, Skiservice)</li> <li>- Der anbietende Trainer muss für jede Trainingseinheit die Anwesenheit der Teammitglieder protokollieren, falls dies über das Aufgebot zu wenig gut definiert werden kann</li> <li>- Dieses Blatt (siehe unten) muss bei der Anreise von JEDEM Teammitglied unterschrieben und dem anbietenden Trainer abgegeben werden</li> <li>- Vor der Entlassung aus dem Training stellt der anbietende Trainer sicher, dass alle gesund und symptomfrei sind</li> <li>- Bei Stützpunkttrainings ohne Unterkunft/Übernachtung bestätigen ALLE Teammitglieder mit der Unterschrift auf der Präsenzliste, dass sie bei bester Gesundheit und symptomfrei sind und dass sie die auf diesem Blatt aufgeführten Vorgaben gelesen haben und einhalten</li> <li>- 14 Tage Aufbewahrungspflicht für die Präsenzliste</li> </ul> |  |
| <b>Symptome</b>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Falls ein Teammitglied Symptome aufweist (vor, während oder nach dem Training), muss er das dem verantwortlichen Trainer sofort melden. Dieses Teammitglied wird isoliert, danach wird die restliche Gruppe für sich isoliert</li> <li>- Der weitere Ablauf erfolgt gemäss dem zu diesem Zeitpunkt gültigen Covid-19-Schema und in Absprache mit dem Teamarzt</li> </ul>  |  |
| <b>Sicherheit</b>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alle Trainingseinheiten sind so zu planen, dass das Verletzungsrisiko minimal ist</li> <li>- Das Rettungskonzept (Rega) von Swiss-Ski gilt unverändert</li> </ul>   |  |
| <b>Contact Tracing</b>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gemäss Grundkonzept Punkt 3.1.2 müssen die oben beschriebenen Bedingungen, Vorgaben und Vorgehensweisen den Teammitgliedern abgegeben und von jedem schriftlich bestätigt werden</li> <li>- "SwissCovid" App nutzen -&gt; Pflicht für Swiss-Ski Kader / Empfehlung für Breitensport</li> <li>- <a href="#">Link</a> Contact Tracing Sheet bei positivem Covid-19 Fall</li> </ul>  |  |
| <b>Schutzmaterial</b>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Beschaffung des Schutzmaterials liegt in der Verantwortung jedes Einzelnen</li> <li>- Das Tragen einer Maske in öffentlichen Innenräumen und in Aussenbereichen mit konzentrierten Menschenansammlungen (Fussgängerbereiche, Zentren, etc.) ist Pflicht.</li> <li>- Jedes Teammitglied hat sein eigenes Desinfektionsmittel dabei (idealerweise 50cl mit Flasche zum Nachfüllen)</li> </ul>   |  |

*Der Einfachheit halber wird im gesamten Anhang die männliche Form verwendet; die weibliche Form ist selbstverständlich immer eingeschlossen.*

Trainingskurs: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Mit der Unterschrift bestätige ich,

- dass ich das Covid-19 Schutzkonzept Swiss-Ski sowie das sportartspezifische Konzept gelesen habe
- dass ich bei bestem Gesundheitszustand und ohne Covid-19-Symptome in den Trainingskurs einrücke
- dass ich mich unverzüglich melde, falls während, nach oder vor dem nächsten Trainingskurs Symptome auftreten
- dass ich die SwissCovid App heruntergeladen und aktiviert habe

Bei Eintritt:

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Bei Austritt (nur bei mehrtätigen Trainingskursen notwendig):

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Dieses Konzept ist gültig\*\* und muss von jedem Teammitglied beim Einrücken in und beim Austritt aus einem Trainingskurs schriftlich bestätigt werden.

\*\*bis Swiss-Ski Anpassungen an eventuell neue BAG Vorgaben vornimmt