

# Schutzkonzept Leichtathletik für den Leichtathletik Club Basel unter COVID-19

## Allgemeine Erläuterungen

### Einleitung

Nachfolgendes Schutzkonzept beschreibt, welche Vorgaben der Leichtathletik Club Basel (LCB) erfüllen muss, um gemäss COVID-19-Verordnung 2 seinen Betrieb wiederaufnehmen zu können. Die Vorgaben richten sich an den Vereinsvorstand und die technische Leiterin, sowie deren Athleten. Sie dienen der Festlegung von Schutzmassnahmen des Vereins, die unter Mitwirkung der Trainer und Athleten umgesetzt werden müssen.

### Zielsetzung

Das übergeordnete Ziel dieser Massnahmen ist es, einerseits die Leichtathleten und andererseits die allgemeine Bevölkerung vor einer Ansteckung durch das Coronavirus zu schützen. Zudem gilt es, besonders gefährdete Personen bestmöglich zu schützen.

Das daraus folgende Ziel ist es, die schrittweise Wiederaufnahme der Trainingsaktivitäten des LCB unter Einhaltung der gesundheitlichen/ epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (BAG, vgl. Anhang) zu ermöglichen. Die Verantwortung zur Umsetzung der Vorgaben liegt beim LCB und den Trainingsleitenden.

Die Schutzbestimmungen werden kontinuierlich den aktuellen COVID-19 Verordnungen angepasst.

## Reduktion der Verbreitung des neuen Coronavirus

### Übertragung des neuen Coronavirus

Die drei **Hauptübertragungswege** des neuen Coronavirus (SARS-CoV-2) sind:

- enger Kontakt: Wenn man zu einer erkrankten Person weniger als zwei Meter Abstand hält.
- Tröpfchen: Niest oder hustet eine erkrankte Person, können die Viren direkt auf die Schleimhäute von Nase, Mund oder Augen eines anderen Menschen gelangen.
- Hände: Ansteckende Tröpfchen gelangen beim Husten und Niesen oder Berühren der Schleimhäute auf die Hände. Von da aus werden die Viren auf Oberflächen übertragen. Eine andere Person kann von da aus die Viren auf ihre Hände übertragen und so gelangen sie an Mund, Nase oder Augen, wenn man sich im Gesicht berührt.

### Schutz gegen Übertragung

Es gibt **drei Grundprinzipien** zur Vorbeugung von Übertragungen:

- Distanzhalten, Sauberkeit, Oberflächendesinfektion und Händehygiene
- besonders gefährdete Personen schützen
- soziale und berufliche Absonderung von Erkrankten und von Personen, die engen Kontakt zu Erkrankten hatten

Die Grundsätze zur Prävention der Übertragung beruhen auf den oben genannten Hauptübertragungswegen.

## Vorgaben

### Übergeordnete Grundsätze

1. Einhaltung der Hygieneregeln des BAG, insb. gründlich Hände waschen;
2. Social Distancing; insb. 2m Mindestabstand zwischen allen Personen, 10m<sup>2</sup> Platz pro Person und kein Körperkontakt;
3. Maximale Gruppengrösse von 5 Personen, Pflicht zur Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten;
4. Besonders gefährdete Personen gemäss Definition BAG7 dürfen nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen. Dazu gehören insbesondere Personen ab 65 Jahren und Personen, die Erkrankungen aufweisen (insbesondere Bluthochdruck, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Atemwegserkrankungen, Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen, Krebs)
5. Athletinnen und Athleten sowie Trainingsleitende mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie informieren die Trainingsgruppe über ihre Krankheitssymptome, bleiben zuhause und kontaktieren den Hausarzt;
6. Der Transport vom Wohnort zur Leichtathletikanlagen erfolgt wenn immer möglich zu Fuss oder mit Individualverkehrsmitteln. Der ÖV darf nur in Ausnahmefällen benutzt werden;
7. Ob eine Leichtathletikanlage geöffnet wird, entscheidet der jeweilige Anlagebetreiber.

**Die folgenden blau hinterlegten Passagen präzisieren die Verordnung von Swiss Athletics und sind auf den Trainingsbetrieb im Stadion St. Jakob ausgelegt.**

### 1. Infrastruktur

#### a) Platzverhältnisse/Trainingsortverhältnisse

Die Leichtathletikanlage St. Jakob verfügt über acht 400m Rundbahnen und einem Kraftraum. Der geltende Mindestabstand und der vorgeschriebene Platzbedarf pro Person (10m<sup>2</sup>) kann unter folgenden Bedingungen jederzeit eingehalten werden.

**Die technischen Anlagen (Hoch, Weit 1+2, Stab 1+2, Diskus, Kugel, Speer, Hammer) dürfen zur selben Zeit jeweils nur von einer 5er Gruppe belegt werden.**

**Die Rundbahn kann von mehreren Gruppen genutzt werden. Sprinteinheiten, welche zur gleichen Zeit stattfinden, werden örtlich getrennt durchgeführt.**

**Die Startpunkte des Mittelstreckentrainings befinden sich beim 200m- und 400m-Start.**

**Im Kraftraum darf sich maximal eine Person aufhalten.**

**Das Ein- und Auslaufen findet ausserhalb des Stadions statt. Dabei sind der Mindestabstand und die max. Gruppengrösse einzuhalten.**

**Gegenüber Passanten verhält man sich rücksichtsvoll.**

**Die Athletinnen und Athleten einer Trainingsgruppe betreten gemeinsam die Leichtathletikanlage 10 Minuten vor dem offiziellen Trainingsbeginn und verlassen diese 10 Minuten nach dem Trainingsschluss.**

**Ansammlungen von mehreren Gruppen sind vor dem Eingangsbereich zu vermeiden.**

### **b) Umkleide / Dusche / Toiletten**

Die Benutzung von Garderoben und Duschen bei den Leichtathletikanlagen ist untersagt. Die Athletinnen und Athleten erscheinen in der Trainingsbekleidung am Trainingsort. Allfällige Te-nuewechsel haben auf Platz zu erfolgen. Der Weg von Zuhause an den Trainingsort und zurück ist nach Möglichkeit in die Trainingsplanung einzubeziehen (Ein- bzw. Auslaufen).

Toiletten können an den Trainingsorten benutzt werden, insbesondere zur Einhaltung der Hygi-eneregeln des BAG. Den Weisungen des Anlagebetreibers ist Folge zu leisten.

### **c) Reinigung der Trainingsanlage**

Die Grundreinigung und Desinfektion der Leichtathletikanlage ist Sache des Anlagenbetreibers.

### **d) Verpflegung**

Die vor, während und nach dem Training benötigte Verpflegung ist von den Athletinnen und Athleten persönlich mitzubringen.

### **e) Organisation und Planung**

Die technische Leiterin erstellt eine Trainingsplanung, welche sicherstellt, dass die Trainingsanlagen unter Einhaltung der vorgeschriebenen Gruppengrößen, der maximalen Anzahl Gruppen pro Anlagefläche und Zeitfenster belegt sind. Die Benutzung der Rundbahn, sowie der Anlagen der technischen Disziplinen wird wie unter Punkt 1a geregelt.

**Jeglicher Platzbedarf während den Belegungszeiten des LC Basel muss vorgängig bei der technischen Leiterin angemeldet werden.**

**Ohne vorgängige Anmeldung darf die Anlage nicht genutzt werden.**

**Nur so ist ein koordiniertes Training unter Einhaltung aller Bestimmungen durchführbar. Wer sich nicht an diese Anweisungen hält, kann von den Trainern vom Platz verwiesen werden.**

**Die Anmeldung weist folgende Daten auf:**

⇒ **Namen der Athleten**

⇒ **Zeitfenster**

⇒ **Platzbedarf (z.B. Weitsprunganlage)**

⇒ **Benötigtes Trainingsmaterial (Hürden, Wurfgeräte, etc.)**

## **2. Trainingsformen, -inhalte und -organisation**

### **a) Anpassung des Trainingsbetriebs**

Sämtliche Trainingsformen, welche zu Körperkontakt führen können, sind zu unterlassen. Die Trainingsleitenden gestalten Trainingsinhalte und die Instruktion der Bewegungsabläufe so, dass es zu keinem Körperkontakt kommt. Idealerweise werden dazu technische Hilfsmittel (Video) eingesetzt.

Die Trainingsleitenden organisieren den Trainingsablauf so, dass die Einhaltung der Gruppengrösse und des Mindestabstandes während dem Training gegeben ist. Es wird darauf geachtet, dass die Gruppenzusammensetzung in jedem Training möglichst gleich bleibt.

Bei der Instruktion oder beim Warten vor dem nächsten Einsatz, ist der Mindestabstand einzuhalten.

Bei technischen Disziplinen reihen sich die Athletinnen und Athleten unter Einhaltung des Mindestabstandes auf. Es werden Wartezonen definiert.

Läufe auf der Bahn sind mit ausreichendem seitlichem Abstand oder Staffelung durchzuführen.

### **b) Reinigung der benutzten Geräte/Materialien**

Die Athletinnen und Athleten bringen nach Möglichkeit ihre eigenen Trainingsgeräte (z.B. Kugeln, Disken, Speere, Stabhochsprungstäbe) mit. Ist dies nicht der Fall, stellt der LCB genügend Geräte für den individuellen Gebrauch zur Verfügung.

**Trainingsgeräte wie z.B. Hürden, Wurfgeräte, etc. werden nach Gebrauch vom jeweiligen Benutzer gereinigt. Der LCB stellt entsprechendes Reinigungsmaterial (Putzlappen, Reinigungsmittel zur Oberflächendesinfektion) an verschiedenen Orten (Hürdenmagazin, Krafraum, Materialraum) bereit.**

### **c) Risiko / Unfallverhalten**

In der Leichtathletik besteht generell kein besonderes Unfallrisiko. Die Disziplinen Stabhochsprung, Speer- und Diskuswurf dürfen nur mit erfahrenen Athletinnen und Athleten ausgeübt werden. Die jeweilige Anlage muss den Schutzvorschriften der aktuellen IWR entsprechen.

### **d) Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden**

**Die Trainingsleitenden führen das im Anhang dieses Konzepts vorliegende Trainingsprotokoll und vermerken Datum, Zeit, Teilnehmende, Material und Anlage von jeder Trainingseinheit.**

**Athleten ohne Trainer, halten die entsprechenden Angaben in ihrem Trainingstagebuch fest.**

### **3. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort**

Die Trainingsleitenden tragen die Verantwortung für die Umsetzung der Schutzmassnahmen. Ausserdem ist jede Athletin und jeder Athlet im Interesse der Leichtathletik und gegenüber der gesamten Bevölkerung verpflichtet, sich solidarisch und mit hoher Selbstverantwortung an das Schutzkonzept zu halten und die notwendigen Massnahmen konsequent umzusetzen.

***Die technische Leiterin und der Vorstand sorgen für die Umsetzung und die Durchsetzung des Schutzkonzepts im Trainingsbetrieb des LCB. Sie instruieren die betroffenen Personen, sorgen für die Umsetzung des Konzepts und stellen nötigenfalls Korrekturen sicher.***

### **4. Schutzkonzept des Anlagebetreibers**

Die oben aufgeführten Bestimmungen richten sich nach dem Schutzkonzept und den Rahmenbedingungen zur Nutzung der Aussensportanlagen und Sporthallen des Kantons Basel-Stadt vom 7. Mai (gültig ab 11. Mai).

Die technische Leiterin verbleibt in engem Kontakt mit den Anlagenbetreibern und setzt eventuelle Anpassungen des Schutzkonzeptes der Anlage umgehend um.

### **5. Kommunikation des Schutzkonzeptes**

Das diesem Dokument zu Grunde liegende Schutzkonzept von Swiss Athletics wurde von BASPO und BAG plausibilisiert.

Der LCB kommuniziert ihr Schutzkonzept auf ihren Kanälen.

Diese Schutzkonzept basiert auf der vom BASPO plausibilisierten Version vom 24.04.2020 und den Ergänzungen vom 01.05.2020.  
Ergänzungen und Präzisierungen LCB (farblich hinterlegt): 07.05.20

## Benutzungsvereinbarung

Gestützt auf das geltende «LCB Schutzkonzept Leichtathletik» wird im Rahmen der COVID-19 Verordnung folgendes vereinbart:

**Leichtathletikanlage:** St. Jakob

**Verein:** Leichtathletik Club Basel

**Anlagebetreiber:** Sportamt Basel-Stadt

### Besondere Bestimmungen für diese Leichtathletikanlage

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

Der unterzeichnende Verein verpflichtet sich gegenüber dem Anlagebetreiber, für die Einhaltung des «LCB Schutzkonzept Leichtathletik» und der hiervor festgelegten besonderen Bestimmungen für diese Leichtathletikanlage zu sorgen.

Ort, Datum: 10. Mai 2020

Verein: LC Basel

Unterschrift(en): 

Name(n): Nadine Rietmann

**Sportanlage:.....**

**Gruppenblatt für Trainingsgruppen**

Nur vollständig ausgefüllte Personenblätter inkl. Unterschrift des/der Trainers/Trainerin garantieren den Einlass auf die Sportanlage.

Name, Vorname	Adresse (Strasse, Nr., PLZ, Ort)	Telefonnummer	E-Mailadresse

- Ein vom Bundesamt für Sport (BASPO) und vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) plausibilisiertes Schutzkonzept **des nationalen Sportverbands** ist vorhanden.
- Ein Schutzkonzept **des Vereins** ist vorhanden.
- Das «Schutzkonzept und Rahmenbedingungen zur Nutzung der Aussensportanlagen und Sporthallen des Kantons Basel-Stadt vom 7. Mai 2020» ist bekannt und wurde zur Kenntnis genommen.

Name Verein: .....

Datum: ..... Trainingszeit von:..... bis: ..... Unterschrift Trainer/in: .....

## Anlagenübersicht Aussenstadion







### Abstand halten

Halten Sie Abstand zu anderen Menschen. Eine Ansteckung mit dem neuen Corona Virus kann erfolgen, wenn man zu einer erkrankten Person weniger als zwei Meter Abstand hält. Indem Sie Abstand halten, schützen Sie sich und andere vor einer Ansteckung.

Einhalten der Distanz sowohl für Sportaktivitäten draussen und wie in Sport- und Trainingshallen. 10 Quadratmeter pro Person oder 2m Distanz.

Aktivitäten und Training in Kleingruppen bis max. 5 Personen

### Abstand halten im öffentlichen Verkehr

Der ÖV ist wichtig für eine funktionierende Wirtschaft. Und viele Menschen sind auf ihn angewiesen. Das Grundangebot bleibt deshalb bestehen. Benutzen viele Personen ein öffentliches Verkehrsmittel gleichzeitig, können sie nicht genügend Abstand voneinander halten. Sie riskieren dann, sich mit dem neuen Corona Virus anzustecken.

- Verzichten Sie auf Fahrten mit dem ÖV
- Nutzen Sie für den Trainingsweg wo immer möglich den Langsamverkehr (zu Fuss, Fahrrad, E-Bike)
- Sind Sie dennoch auf ÖV angewiesen, halten Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln ein



### Gründlich Hände waschen: Vor und nach dem Training!

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Indem Sie Ihre Hände regelmässig mit Seife waschen, können Sie sich schützen. Trocknen Sie sie mit einem sauberen Handtuch, wenn möglich mit einem Wegwerf-Papiertuch oder einer einmal benutzbaren Stoffhandtuchrolle.

### Was muss ich noch beachten?

Am besten tragen Sie keine Ringe. Falls Sie einen Ring tragen: Ziehen Sie ihn vor dem Händewaschen aus, reinigen Sie ihn mit Seife und trocknen Sie ihn gut.

Pflegen Sie Ihre Haut: In lädiertes Haut können sich richtige «Mikrobennester» bilden. Verwenden sie zur Pflege der Haut eine Feuchtigkeitscreme.



### Händeschütteln vermeiden

Je nachdem, was wir gerade angefasst haben, sind unsere Hände nicht sauber. Ansteckende Tröpfchen aus Husten und Niesen können sich an den Händen befinden. Sie gelangen an Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt. Darum ist es wichtig, das Händeschütteln zu vermeiden. Gegen Ansteckung können wir uns schützen, indem wir:

- Keine Hände schütteln; auf Sportrituale mit Berührungen verzichten
- Auf Begrüssungsküsse verzichten
- Nase, Mund und Augen besser nicht berühren

Gültig bis mindestens 7. Juni 2020

Vereinssport mit Schutzkonzepten  
nach Lockerung der Massnahmen

# Spirit of Sport

heisst jetzt ...

