



COVID-19 Schutzmassnahmen

CrossFit / Functional Fitness Crossfit Gleis 10

Ausgangslage

Das vorliegende Konzept basiert auf dem Schutzkonzept von Swiss Functional Fitness vom 01.06.2020. Das entsprechende Schutzkonzept wurde vom BASPO/Swiss Olympic geprüft und kann auf der Website www.swissfunctionalfitness.ch eingesehen werden.

Das oben genannte Schutzkonzept wurde auf die Gegebenheiten von Crossfit Gleis 10 angepasst, die geltenden gesetzlichen Richtlinien und Anforderungen wurden nach bestem Wissen und Gewissen berücksichtigt und eingehalten.

Neue Rahmenbedingungen

Ab dem 18. Oktober 2020 gelten weitere Einschränkungen zum Eindämmen der COVID-19-Epidemie, welche in diesem Schutzkonzept berücksichtigt werden. Wie z.B., dass in öffentlich zugänglichen Innenräumen eine Maske getragen werden muss.

Grundvoraussetzungen

Dieses Schutzkonzept befolgt die folgenden Grundsätze zur Verhinderung der Weiterverbreitung des Coronavirus:

1. Symptomfrei ins Training
2. Social-Distancing (1.5m Mindestabstand zwischen allen Personen)
3. Einhaltung der Hygieneregeln des BAG
4. Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
5. Maskenpflicht im Eingangsbereich, Garderoben und Theke
6. Bezeichnung verantwortlicher Person

Informationsquellen

Crossfit Gleis 10 empfiehlt seinen Mitgliedern die folgenden Webseiten regelmässig zu besuchen und Informationen, Schutzmassnahmen und Weisungen umgehend umzusetzen.

Bundesamt für Gesundheit BAG: <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home.html>

Bundesamt für Sport BASPO: <https://www.baspo.admin.ch>

Swiss Olympic: <https://www.swissolympic.ch/ueber-swiss-olympic/news-medien/Fokus-Coronavirus.html>



1. Risikobeurteilung und Triage

a. Krankheitssymptome

Athleten 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.

b. Meldepflicht

Treten innerhalb 14 Tage nach einem Training Krankheitssymptome auf, ist Crossfit Gleis 10 umgehend zu informieren.

c. Risikogruppen

Personen, welche gemäss Weisungen des BAG zu Risikogruppen gehören (>65-jährig oder mit bestimmten Vorerkrankungen), sind für das Treffen weiterführender Schutzmassnahmen selber verantwortlich.

2. Infrastruktur

a. Platzverhältnisse / Trainingsortverhältnisse

Der Trainingsort Crossfit Gleis 10 besteht aus einem Raum mit ca. 600m² und einer Trainingsfläche von ca. 450m².

Der Trainingsbereich wird von einer Klasse (10-16 Personen + Coach) genutzt, sowie Personen im Open Gym oder Personal Training.

b. Umkleide / Dusche / Toiletten

Die Nutzung der Garderoben und der Dusche ist erlaubt, die Abstandsregel muss eingehalten werden und das Tragen der Maske gemäss Absatz 3 ist obligatorisch.

Vor dem Training desinfizieren sich die Athleten und Trainer die Hände. Die Toiletten stehen den anwesenden Personen zur Verfügung unter Einhaltung der Hygienevorschriften des BAG.

c. Reinigung der Trainingsgeräte

Nach jedem Training desinfiziert jeder Athlet das von ihm benutzte Trainingsmaterial. Der Betreiber des Trainingsorts reinigt regelmässig die Toiletten sowie den Boden der Trainingsflächen.

d. Verpflegung

In der Lounge gibt es keine Personenbeschränkung mehr und Konsumation ist auch erlaubt. Der Einkauf und Konsum von Mahlzeiten, Riegeln und Getränken ist möglich.



3. In öffentlich zugänglichen Innenräumen muss eine Maske getragen werden

Das BAG hat an einer ausserordentlichen Sitzung am 18. Oktober 2020 mehrere schweizweit gültige Massnahmen gegen den starken Anstieg der Infektionen mit dem Coronavirus ergriffen. Unter anderem muss in öffentlich zugänglichen Innenräumen eine Maske getragen werden.

a. Folgende Massnahmen wurden diesbezüglich ergriffen:

Maskenpflicht im Eingangs- und Garderobenbereich ab Montag, 19. Oktober 2020: Sobald ihr die Box betretet, muss eine Maske getragen werden. Wenn der Coach die Klasse für den Trainingsstart nach vorne ans Whiteboard bittet, darf die Maske abgelegt werden. Nach Trainingsende muss die Maske für das Umziehen in der Garderobe sowie beim Verlassen der Box, wieder aufgesetzt werden. Solange man auf der Trainingsfläche ist, befindet man sich im Training.

Training im Open Gym: Auch hier gilt eine Maskenpflicht beim Betreten und Verlassen des Open Gym Bereichs. Während des Trainings darf die Maske abgenommen werden. Sobald das Training beendet ist, muss diese wieder angezogen werden

kein Körperkontakt wie **High Fives, Fist Bumps** oder **Umarmungen**

4. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

a. Überwachung, Commitment und Rollenklärung

Die Umsetzung erfolgt durch die Trainer von Crossfit Gleis 10. Die Trainer haben das Recht, Athleten, welche die Regeln nicht einhalten, vom Training auszuschliessen.

5. Kommunikation des Schutzkonzeptes

Das Schutzkonzept wird wie folgt kommuniziert:
Publikation auf der Website www.crossfitgleis10.ch