



Liestal, 11.11.2020

# **Langlaufgruppe Lausen**

## **Schutzkonzept zum Trainingsbetrieb ab dem 12. November 2020**

Version: 11. November 2020

Ersteller: Simon König, Technischer Leiter

### **Weiterführende Bestimmungen:**

Schutzkonzept Swiss-Ski

Anhang Nordisch (Swiss-Ski)

Schutzkonzept Sportanlagen Lausen (Version 6. Juni 2020)

Schutzkonzept Swiss-Shooting



## **Neue Rahmenbedingungen**

Der Bundesrat hat per 29. Oktober weitere Massnahmen für die Bekämpfung des Coronavirus verfügt, die den Trainingsbetrieb in den meisten Sportarten weiter einschränken. Aus diesem Grund wird das Schutzkonzept der LG Lausen an die neuen Bestimmungen angepasst.

Zusätzlich hat der Regierungsrat des Kantons BL per 11. November weitergehende Massnahmen verfügt, welche Kinder zwischen 12-16 Jahren betrifft (*siehe unten Punkt B*).

Nachfolgend werden die Bedingungen und der Rahmen definiert, in welchem der Trainingsbetrieb der Langlaufgruppe Lausen weitergeführt werden kann, um dem neuen Massnahmenkatalog des Bundes gerecht zu werden.

## **A. Übergeordnete, allgemein gültige Verhaltensgrundsätze**

### **1. Nur symptomfrei ins Training**

Nur gesund und symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen.

### **2. Abstand halten**

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind 1.5m Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten.

### **3. Gründlich Hände waschen**

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld.

### **4. Präsenzlisten führen**

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führt der Verein für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten. Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem Corona-Beauftragten in vereinbarter Form zur Verfügung steht (vgl. Punkt 5). In welcher Form die Liste geführt wird (doodle, App, Excel, usw.) ist dem Verein freigestellt.

### **5. Bestimmung Corona-Beauftragte/r des Vereins**

Jeder Verein muss eine/n Corona Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Bei unserem Verein ist dies Simon König. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn wenden. (Simon König, Tel. +41 79 811 64 87 oder [simon.koenig@lglausen.ch](mailto:simon.koenig@lglausen.ch))



## **B. Besondere Bestimmungen für den Trainingsbetrieb der Langlaufgruppe Lausen**

### **Übersicht Massnahmen des Bundes (vom 28. Oktober 2020)**

Sportliche Freizeitaktivitäten sind in Innenräumen mit bis zu 15 Personen erlaubt, wenn sowohl genügend Abstand eingehalten werden kann als auch eine Maske getragen werden. Von einer Maske kann abgesehen werden, wenn grosszügige Raumverhältnisse vorherrschen (z.B. Turnhalle). Im Freien muss nur der Abstand eingehalten werden. Kontaktsport ist verboten.

### **Übersicht Massnahmen des Kantons BL (vom 10. November 2020)**

Gemäss Bund gelten die obengenannten Massnahmen nicht für Kinder unter 16 Jahren.

***Diese Altersgrenze für Kinder, welche nicht von den Massnahmen betroffen sind, wurde im Kanton BL von 16 Jahren auf 12 Jahre herabgesetzt!***

Die geltenden Massnahmen des Bundes gelten somit im Kanton BL für alle Personen über 12 Jahren. Diese Massnahmen sind bis 10. Januar 2021 in Kraft.

### **1. Allgemeine Regeln zum Training und Turnhallegebäude**

- In der Turnhalle sind maximal 15 Personen erlaubt (inkl. JO und Leiter)
- Im ganzen Gebäude der Turnhalle ist das Tragen einer Schutzmaske obligatorisch! Sie wird vor dem Betreten des Gebäudes angezogen. Diese Pflicht gilt für alle Personen über 12 Jahren.
- Die Maskenpflicht gilt für alle Teilnehmer primär in den Gängen des Gebäudes und der Garderobe.
- Vor dem Eintreten in die Turnhalle werden die Hände gründlich gewaschen oder desinfiziert. Der Trainingsleiter stellt eine entsprechende Desinfektionsmittelflasche bereit.
- Auf Fahrgemeinschaften wird so weit wie möglich verzichtet. Sofern dies nicht möglich ist, soll in Fahrgemeinschaften eine Maske getragen werden.

### **2. Garderoben und Duschen**

- Die Benützung der Garderoben und Duschen ist unter Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln möglich.
- In der Garderobe ist stets eine Maske zu tragen.
- Die Duschen sind nur gestaffelt zugänglich. Die Teilnehmer achten darauf, dass die Abstandsregeln in der Dusche eingehalten werden.



### 3. Ablauf und Schutzmassnahmen für Teilnehmer des Aktiven-Trainings

- Für das Einlaufen in der Halle gilt eine Maskenpflicht. Personen, für welche dies nicht möglich ist, wärmen sich im Freien auf.
- Das Krafttraining findet stationär statt. Jeder Teilnehmer holt sich nach dem Einlaufen sein Trainingsmaterial auf Anweisungen des Trainingsleiters.
- Die Teilnehmer verteilen sich in der Halle und achten darauf, dass jede Person einen Platz von 15m<sup>2</sup> für sich beansprucht. Der Leiter weist die Teilnehmer gegebenenfalls daraufhin, genügend Abstand zu halten.
- Die Maske kann erst abgezogen werden, wenn sich der Teilnehmer auf seinem Trainingsplatz befindet.
- Der Leiter sorgt dafür, dass die Turnhalle gut belüftet ist.
- Nach der Trainingseinheit wird die Maske wieder angezogen, die Trainingsgeräte weggeräumt und danach ausgelaufen bzw. gedehnt.
- Auf Spiele mit Kontakt wird vorübergehend verzichtet.

### 4. Bestimmungen für das JO-Training

- Für das Training der JO-Gruppe (inkl. Einlaufen etc.) gilt eine Maskenpflicht!
- **Die Maskenpflicht gilt für alle Kinder der JO-Gruppe, auch jünger als 12 Jahre (Massnahme bei gemischten Gruppen)**
- Für das Training am Donnerstag gelten dieselben Regeln und Abläufe wie bei den Aktiven
- Da das Training am Samstag in Freien durchgeführt wird, gelten dort die allgemeinen Regeln. Eine Maske ist dort zu tragen, wo der Abstand nicht eingehalten werden kann. Auch hier sind auf Spiele mit Körperkontakt zu vermeiden.
- Das Schutzkonzept von Swiss-Ski inkl. Anhang Nordisch ist weiterhin zusätzlich zu beachten

Verantwortlich:

Technische Kommission Langlaufgruppe Lausen

**Leiter Aktive**  
Simon König

**Leiter Jugend/JO**  
Daniel Bütikofer

