



Schutzkonzept Covid-19 Capoeira União

Empfehlungen für alle Capoeira Academias/ Trainingsräume (Capoeira ohne Körperkontakt)

Die Vorgaben des Bundesrats vom 29.4.2020 erlauben ab 11. Mai 2020 den Sport unter Einhaltung gewisser Bedingungen. Capoeira Uniao erlässt folgende Empfehlungen:

1. Ausgangslage

- Es gilt die durch den Bundesrat angeordnete Covid-19-Verordnung vom 16.3.2020.
- Gruppen von mehr als fünf Personen sind verboten und werden durch die Polizei gebüsst.
- Es gilt der Mindestabstand von 2m und Platzbedarf von 10 m² pro Person.
- Es gelten die Hygienevorschriften des BAG.

2. Ziele des Konzeptes

- Das Capoeira-Training soll unter Einhaltung der, in diesem Konzept beschriebenen Massnahmen, schnellst möglich wieder aufgenommen werden können.
- Alle Trainings halten sich strikte an die Anweisungen.
- Wir sind solidarisch und wollen keine Sonderregelung.
- Wir wollen klare, einfache Regelungen und pragmatische Lösungen. Jeder weiss, was er darf und was nicht (Klub-/Vereinsleiter, Trainer, Capoeiristas).

3. Verantwortlichkeit

- Die Verantwortlichkeit liegt einerseits beim Leiter/ der Leiterin des jeweiligen Trainingsortes/ Academia, andererseits jedoch auch beim Trainer der jeweiligen fünfer-Gruppe und letztendlich auch bei jedem einzelnen Capoeirista selbst.
- Die Hauptverantwortung liegt beim Trainer/ der Trainerin der jeweiligen fünfer-Gruppe, diese Verordnung kann als Checkliste und Hilfe hinzugezogen und bei Bedarf vorgewiesen werden.

4. Risikogruppen

- Grundsatz: 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. Die Trainingsgruppe ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.
- Besonders gefährdete Personen (siehe Empfehlungen des BAG) wird empfohlen zu Hause zu bleiben.
- Wer krank ist oder Erkältungssymptome verspürt, bleibt zu Hause (dies gilt auch für Kopf und Halsschmerzen oder Atembeschwerden).
- Wer während des Trainings erkrankt, meldet dies umgehend dem Kursleiter/Trainer und verlässt das Training.

5. Voraussetzungen für den Trainingsverlauf

- Grundsätzlich gilt ein Mindestabstand von 2m und Platzbedarf von 10 m² pro Person.
- Verfügen Academies/ Trainingsräume über ausreichend Trainingsfläche (m²) können auch mehrere Gruppen à max. 5 Personen trainieren. Die Trainingsflächen pro Gruppe müssen deutlich sichtbar abgegrenzt werden.

Trainingsform:

- Keine Techniken mit Körperkontakt
- Der Mindestabstand von 2 m muss eingehalten werden.
- Capoeira enthält eine Vielzahl von Übungen, die ohne physischen Kontakt mit dem Partner oder alleine durchgeführt werden können. Die Übungen müssen mit 2 m Distanz und ohne Körperkontakt durchgeführt werden.
- Der Austausch von Musikinstrumenten und Trainingsgeräten bedarf vorheriger Desinfektion oder soll verhindert werden, indem möglichst jeder Capoeirista seine eigenen Instrumente zum Unterricht mitnimmt.

- Anweisungen / Erklärungen können nur durch Ferndemonstration ohne physischen Kontakt oder dann verbal gegeben werden.

Infrastruktur

- Toiletten: nur jeweils eine Person.
- Garderoben: In Garderoben/Duschen wird die Anzahl Personen anhand der Abstandsregel 2m zu jeder Person sowie 10m²/Person festgelegt. Ist dies nicht möglich bleiben die Garderoben geschlossen und die Trainierenden erscheinen bereits in der Trainingskleidung.
- Das Training kann auch in Outdoor-Sportanlagen stattfinden. Die gleichen Abstandsregeln gelten im Freien. Überfüllte Orte werden vermieden.

6. Überwachung der Teilnehmer

- Die Rückverfolgbarkeit der Trainingsteilnehmer muss gewährleistet sein (Name, Vorname, TelNr.), dies kann via Web (Doodle etc) oder analoge Formulare gewährleistet werden, die Verantwortung obliegt den einzelnen Gruppen.

7. Academia/ Trainingsraum Hygieneregeln

- In der Academia/ im Trainingsraum und in den Toiletten muss eine ausreichende Menge Seife, Einweghandtücher und Desinfektionsmittel bereitgestellt werden.
- Toiletten sowie Duschen und Umkleidekabinen müssen regelmäßig gereinigt und desinfiziert werden (sofern sie benutzt werden).
- Die Teilnehmer müssen ihre Hände beim Betreten der Academia/ des Trainingsraums und nach dem Training waschen oder desinfizieren.
- Nach jedem Training wird die Academia/ der Trainingsraum von der trainierenden Fünfer-Gruppe unter Einhaltung der Abstand- und Hygieneregeln gereinigt.
- Nach jedem Training muss gelüftet werden.
- Die Teilnehmer bringen ihre eigenen Wasserflaschen mit.

8. Vor / nach dem Training

- Zwischen den Lektionen (Pausen) muss genügend Zeit liegen, um ein Treffen zwischen aufeinanderfolgenden Teilnehmern zu vermeiden.
- Vor und nach dem Training dürfen Unterhaltungen nur mit der vorgeschriebenen 2 m Distanz geführt werden.

9. Kommunikation

- Das Konzept wird auf der Homepage veröffentlicht, den einzelnen Gruppenchats verteilt und in den Academias/ Trainingsräumen aufgehängt.
- as BAG-Poster "Wie wir uns schützen" muss vor Ort angezeigt werden (Download BAG).