

Covid-19 Schutzkonzept Triathlon Liechtenstein

(gültig ab 6. Juni)

Ziele Triathlon Liechtenstein (TriFL):

- Unsere Mitglieder (Clubs und Athleten) befolgen strikte die [behördlichen Anordnungen!](#)
- Triathlon Liechtenstein zählt auf die Solidarität und Selbstverantwortung seiner Mitglieder in der Befolgung der Empfehlungen der Gesundheitsbehörden zur Bekämpfung der Verbreitung des Covid-19 Virus.
- Aufnahme des Trainingsbetriebs ab dem 6. Juni unter Befolgung folgender «**Schutzmassnahmen**»:
 - Hände waschen vor und nach dem Training
 - Niessen in die Armbeuge
 - Mindestabstand von 2 Metern ist immer einzuhalten
 - Keine sehr intensiven Trainings-Einheiten
 - Kein Trainingsbesuch bei Covid-19 Krankheitssymptomen (Fieber, Husten, Übelkeit usw.)
 - Kein Trainingsbesuch für Mitglieder über 65 Jahren und mit bestehender schwerer Vorerkrankung
 - Benennung einer verantwortlichen Person (in der Regel die Trainingsleitenden)
 - Führung einer Präsenzliste

Allgemeine Empfehlung für alle Athletinnen und Athleten:

1. Vorgaben für den Trainingsbetrieb

- Die Trainerin, der Trainer ist verantwortlich, dass die Rahmenbedingungen der Gesundheitsbehörden während dem Training eingehalten werden.
- Damit spontane Ansammlungen von Personen vermieden werden und die Rückverfolgung der Teilnehmenden sichergestellt ist, muss vor jedem Training (telefonisch oder elektronisch) die Anzahl der am Training teilnehmenden Personen organisiert und kontrolliert werden. Die Trainerin oder der Trainer hält dazu in einer Liste die Kontaktdaten der Athletinnen und Athleten schriftlich fest.
- Keine Zuschauer/Eltern beim Training.
- Die Athletin, der Athlet verlässt unmittelbar nach dem Training den Trainingsplatz.
- Wir empfehlen, wenn immer möglich, die eigenen Trainingsutensilien mitzubringen (keinen Tausch von Trinkflaschen! oder Nahrung! oder Kleidung!).
- Wenn möglich sollten die Trainings immer mit derselben Athletengruppe durchgeführt werden, damit Durchmischungen von Athletinnen und Athleten vermieden werden.

Schwimmen (Hallenbad):

Solange die Hallenbäder nicht geöffnet sind, findet auch kein Training statt.

Es gelten die Richtlinien der jeweiligen Betreiber des Bades. Diesen wird unbedingt Folge geleistet.

Schwimmen (Offenes Gewässer, See):

Abstandregel von 2m beachten. Training wenn möglich immer mit derselben Gruppe.

Es gelten die Baderegeln der SLRG und die Tipps der Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu).

Radfahren (outdoor):

- Maximale Gruppengrösse von 10 Personen sowie den Abstand von mind. 2 Metern respektieren.
- Radfahren auf risikoarmen und bekannten Strecken.
- Vermeiden von risikoreichem Verhalten bei Abfahrten, engen Kurven, Strassenverengungen, etc.
- Mindestabstand von 5m zum Hinterrad des Trainingspartners.

Lauf- und Krafttraining (outdoor):

- Mindestabstand von 2 Metern respektieren und wenn möglich mit derselben Gruppe von Personen trainieren.

2. Vorgaben für die Benutzung von Anlagen

- Es gelten grundsätzlich die Vorschriften der jeweiligen Betreiber der Anlagen (Hallen-, Freibäder und sonstigen Sportanlagen).
- Bei nicht überwachten Anlagen (z.B. Strandbäder, 400 m Bahnen) gelten die folgenden Richtlinien:
 - Erlaubt: Training mit 2 m Abstand (10m² pro Person)
 - Benutzung Toiletten erlaubt

3. Vorgaben für Triathletinnen und Triathleten

- Mit der Anmeldung (telefonischen/elektronischen) für das Training, akzeptiert die Triathletin, der Triathlet folgende Vorgaben:
 - Bei Missachtung der «Schutzmassnahmen» kann sie oder er vom Training weggewiesen werden.
 - Sämtliche Vorgaben der Gesundheitsbehörden und der Regierung müssen eingehalten werden. (Abstand halten, Hygienemassnahmen).
 - Teilnehmende am Training dürfen maximal 5 Minuten vor dem Training auf die Anlage kommen. (Empfohlen zu Fuss, Velo oder Auto, bitte den ÖV (Maskentragpflicht) wenn möglich meiden und keine Fahrgemeinschaften bilden ausser innerhalb der Familie).
 - Auf traditionelle „Begrüssungs- und Abschiedsrituale“ ist zu verzichten.
 - Trainingsutensilien werden selber mitgebracht.
 - Athletinnen und Athleten erscheinen bereits umgezogen (Sportkleider) zum Training.
 - Athletinnen und Athleten müssen die Anlage spätestens 5 Minuten nach Beendigung des Trainings verlassen haben.

4. Vorgaben für die Trainierinnen und Trainer

Die Trainerinnen und Trainer übernehmen die Verantwortung für die Einhaltung folgender Massnahmen:

- Die Durchführung von Trainings sind erlaubt, bedürfen aber der ausdrücklichen Erlaubnis des Clubvorstands.
- Die Clubmitglieder müssen über die neuen Verhaltensregeln informiert sein.
- Die Trainerin, der Trainer beachtet die Hygienemassnahmen und Abstandsregeln.
- Trainingsutensilien werden, wenn nicht von den Trainierenden selber mitgebracht, nach Gebrauch gereinigt und desinfiziert.
- Der Minimalabstand von 2 Metern zwischen Trainerin/Trainer und den Athletinnen und Athleten muss jederzeit eingehalten werden.
- Die Teilnahme am Training muss vor dem Training angemeldet und bestätigt sein.



- Teilnehmende Personen dürfen maximal 5 Minuten vor dem Training zum Treffpunkt kommen.
- Teilnehmende Personen verlassen maximal 5 Minuten nach dem Training die Anlage.
- Für medizinische Notfälle (1. Hilfe bei Verletzungen) sollte die Trainerin/der Trainer mindestens zwei Gesichtsmasken sowie medizinische Handschuhe und Desinfektionsmittel dabei haben.
- Das J+S-Training mit Kindern und Jugendlichen unterliegt zusätzlich den Vorgaben und Richtlinien des Schweizerischen Bundesamt für Sport BASPO.

Kommunikation

Dieses Schutzkonzept für den Triathlonsport wird wie folgt verteilt:

- LOC
- Clubs (Clubpräsidenten sowie Trainerinnen und Trainer)
- Veranstalter (Trainingsgruppen)
- Webseite von Triathlon Liechtenstein (TriFL) und Triathlon Club Vaduz (TriV)
- Infomailing an alle lizenzierten Triathletinnen und Triathleten mit allen Auflagen und dem Hinweis, sich bei ihrem Club direkt nach weiteren geltenden Regelungen zu informieren.
- Clubs und Veranstalter informieren ihre Mitglieder/Zielgruppe per Mail und durch Aufschalten dieser Info auf ihrer Webseite.

Philip E. C. Schädler

Präsident Triathlon Liechtenstein (TriFL)

Vaduz, am 4. August 2020