



# Tri Team Limmattal – Schutzkonzept Covid-19

(Schutzmassnahmen gelten ab 11. Mai 2020 bis auf weiteres)

Kontakt: Karen Kleiner (Präsidentin TTL), 078 659 74 94, [kkleiner@gmx.net](mailto:kkleiner@gmx.net)

---

## Inhalt

1.	Grundlagen .....	3
2.	Aufklärung und Pflichten der Trainingsteilnehmer.....	3
3.	Trainingsbetrieb Schwimmen .....	4
3.1	Allgemeine Informationen .....	4
3.2	Schwimmbetrieb .....	4
3.3	Trainingsablauf und Trainingsmaterial .....	4
3.4	Garderobennutzung .....	5
4.	Trainingsbetrieb Lauftraining.....	5
4.1	Allgemeine Informationen .....	5
4.2	Trainingsbetrieb Laufen .....	5
4.3	Trainingsablauf und Trainingsmaterial .....	5
5.	Verantwortlichkeiten und Umsetzung vor Ort .....	5

## 1. Grundlagen

Das Tri Team Limmattal (nachfolgend TTL) hat im Zusammenhang mit den Vorgaben des Bundes vom 16.03.2020 und den ersten Lockerungen - namentlich, wo Freizeitsport unter gewissen Bedingungen erlaubt ist - das nachfolgende Schutzkonzept erarbeitet. Dabei hält sich das TTL klar an die vom Bundesrat verordneten Massnahmen und an die von Swiss Triathlon erstellten Empfehlungen. Dieses Schutzkonzept und die Empfehlungen von Swiss Triathlon werden allen Mitgliedern des TTLs zugestellt.

### **Ausgangslage:**

- Der Bundesrat hat per Notrecht Massnahmen verordnet.
- Es gilt die COVID-19-Verordnung vom 16.03.2020.
- Mindestabstand 2-Meter.
- Hygienevorschriften des BAG.

### **Unsere Ziele:**

- Unsere Regeln, Prozesse und Anweisungen entsprechen den behördlichen Anforderungen (es können Polizeikontrollen stattfinden).
- Alle Mitglieder sind in Kenntnis gesetzt über diese neuen Regeln und Prozesse und halten sich ausnahmslos daran.
- Das Konzept soll eine geordnete Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs ermöglichen und dabei alle Beteiligten und die weitere Bevölkerung vor einer Ansteckung durch Covid-19 schützen.
- Die Message an die Öffentlichkeit ist klar:  
«Wir sind und bleiben solidarisch, wir halten uns strikte an die Vorgaben und wir wollen keine Sonderregelung. Wir verhalten uns vorbildlich, denn dies dient den Dietiker Vereinen und dem Triathlonsport.»

## 2. Aufklärung und Pflichten der Trainingsteilnehmer

Die Mitglieder des TTLs werden sowohl über dieses Schutzkonzept als auch über die generellen Massnahmen des Bundes informiert. Alle Mitglieder des TTLs erhalten diese Informationen schriftlich und werden beim Beginn ihres ersten Trainings von einem TTL-Verantwortlichen nochmals mündlich informiert. Mit der Teilnahme an einem oder mehreren TTL-Trainings verpflichtet sich jedes Vereinsmitglied, sich an diese Vorgaben zu halten. Mit der Anmeldung (telefonisch oder elektronisch) für das Training, akzeptiert das TTL-Mitglied die oben genannten Vorgaben. Bei Missachtung erfolgt ein Trainingsverweis.

Weist ein TTL-Mitglied, das an einem Training teilgenommen hat, Covid-19 Symptome auf, muss es sich umgehend in Quarantäne begeben und den persönlichen Arzt sowie den verantwortlichen Vereinsvertreter informieren.

Für alle Vereinsmitglieder gelten die vom Bund kommunizierten und von Swiss Olympic unterstützten Hygienemassnahmen:

- Hände waschen/desinfizieren
- Husten/Niesen in ein Taschentuch oder die Armbeuge
- Abstand von 2m zwischen den einzelnen Mitgliedern immer einhalten (dies gilt im, vor und nach dem Training)
- Risikogruppen besonders schützen
- Umkleiden und Duschen nach Möglichkeit zu Hause (siehe Sportarten für mehr Details)

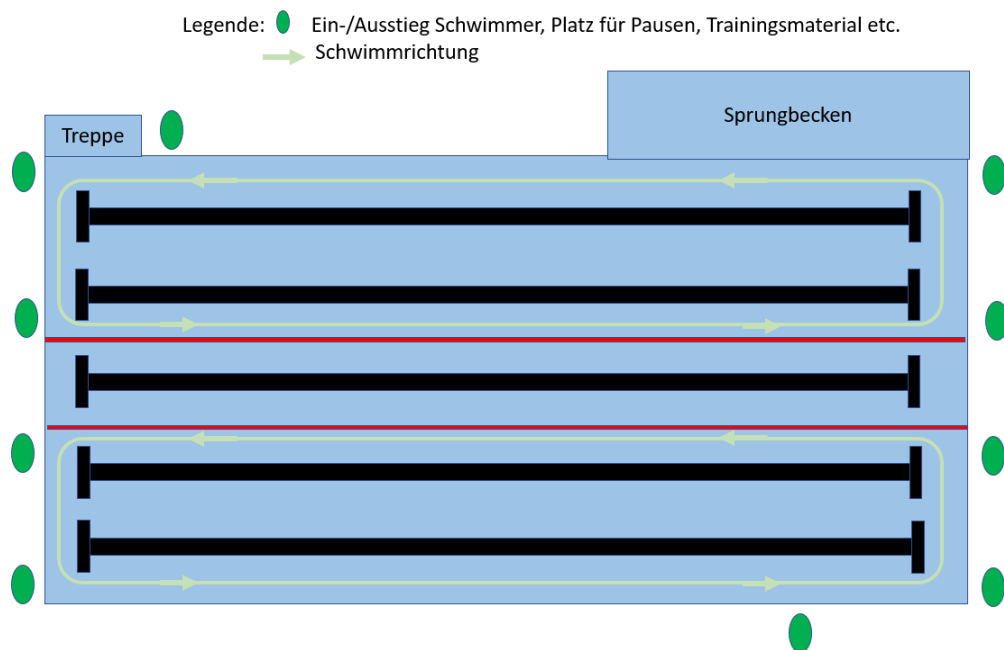
### 3. Trainingsbetrieb Schwimmen

#### 3.1 Allgemeine Informationen

Das Schwimmtraining für das TTL findet im Hallenbad Fondli, Dietikon jeweils am Mittwoch- und am Freitagabend statt. Alle Vorgaben des Hallenbades, sowie dessen Schutzkonzept, werden dabei eingehalten.

#### 3.2 Schwimmbetrieb

Es wird jeweils über zwei 25m-Bahnen im Kreis geschwommen mit maximal 5 Mitgliedern pro 2 Bahnen. Ein-/Ausstieg, sowie Pausen erfolgen individuell an den jeweils zugeteilten Plätzen entsprechend folgendem Schema:



#### 3.3 Trainingsablauf und Trainingsmaterial

Einlass ins Schwimmbad erfolgt 15 Minuten vor dem Training, bei Bedarf (siehe Garderobennutzung) gestaffelt. Beim Eintreffen vor dem Schwimmbad sind Abstandsregeln zwingend einzuhalten.

Das Training findet gemäss vorgedrucktem Programm, welches jedes TTL-Mitglied vor dem Training in Papierform erhält, statt. Beim Betreten der Badeanlage hat jedes TTL-Mitglied sich bei seinem ihm zu-

gewiesenen Schwimmpfad einzufinden. Allfällige Absprachen zwischen den Schwimmenden erfolgen mit der Einhaltung des entsprechenden Sicherheitsabstandes. WC-Pausen erfolgen einzeln. Trainingsmaterial (z.B. Pull Buoy, Schwimmbrett) wird selber mitgebracht.

### 3.4 Garderobennutzung

Die Garderobe des Hallenbad Fondlis ist nach Vorgaben des Hallenbades und nach folgenden Kriterien zu nutzen:

- Duschen entsprechend der Vorgabe des Schwimmbades (jeweils zwei der offenen Duschen und zwei Duschkabinen sind verfügbar)
- Garderobe/Umziehplatz entsprechend den Gegebenheiten wie folgt: je eine Person bei der Sitzbank bei den fixen Haarföhen, bei der Sitzbank zwischen den Kästchen, bei der Kästchenreihe Lavabo und in separatem Raum mit fixem Haarfön
- Keine Nutzung jeglicher Haarföhne
- Bei Bedarf der Garderobe durch mehr als 4 Personen des gleichen Geschlechts erfolgt gestaffelte Nutzung (10 Minuten Wartezeit vor dem nachfolgenden Eintreten in die Garderobe)

## 4. Trainingsbetrieb Lauftraining

### 4.1 Allgemeine Informationen

Das Lauftraining findet am Dienstagabend um 18:15 Uhr statt, Treffpunkt ist die Sportanlage Häschen in Dietikon. Das hier vorliegende Schutzkonzept gilt es jederzeit einzuhalten. Die TTL-Mitglieder müssen sich für das Training vorgängig anmelden. Neben dem Trainingsverantwortlichen können maximal vier Mitglieder gleichzeitig in derselben Gruppe trainieren. Sollte es mehr Interessenten für ein Training geben, so werden zwei Gruppen gebildet, wobei nur eine Gruppe auf der Sportanlage Häschen trainiert. Die zweite Gruppe trifft sich an einem anderen Ort und trainiert im Gelände. In beiden Gruppen gilt, die Maximalzahl von 5 Personen nicht zu überschreiten und die Vorgaben des BAG jederzeit einzuhalten.

Garderoben stehen keine zur Verfügung und die TTL-Mitglieder erscheinen umgezogen auf dem Trainingsplatz. Hände sind vor dem Training mit eigenem Desinfektionsmittel zu desinfizieren.

### 4.2 Trainingsbetrieb Laufen

Starts erfolgen versetzt und die Athleten haben zu jeder Zeit während des Trainings und in den Pausen die Abstandsregeln einzuhalten.

### 4.3 Trainingsablauf und Trainingsmaterial

Beim Eintreffen vor dem Start des Trainings sind Abstandsregeln zwingend einzuhalten. Trainingsmaterial und -verpflegung ist selber mitzubringen. Der Trainingsverantwortliche teilt den Athleten das Trainingsprogramm vor dem Training mit und steht für Erklärungen zur Verfügung.

## 5. Verantwortlichkeiten und Umsetzung vor Ort

Das TTL verpflichtet sich, die Umsetzung und Einhaltung des Schutzkonzepts während den Aktivitäten sicherzustellen. Ein vom Vorstand abgeordneter Covid-19-Verantwortlicher führt in jedem Training die

---

Anwesenheitskontrolle, stellt die Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln sicher und ist zuständig für die Einhaltung der mit diesem Schutzkonzept erläuterten Massnahmen.

Die Anwesenheitslisten werden für die Dauer von 14 Tagen behalten und bei Bedarf kann für jedes Training jeder Teilnehmer identifiziert und kontaktiert werden. Die Teilnahme an einem Training bedingt eine Anmeldung des entsprechenden TTL-Mitgliedes.

Wenn möglich werden die Trainings immer mit derselben Athletengruppe durchgeführt (Durchmischungen von Athleten sind zu vermeiden).

Alle TTL-Mitglieder verpflichten sich zur Umsetzung und Einhaltung der Schutzmassnahme und zur gegenseitigen Unterstützung.