

3star cats wallisellen Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 20. Dezember 2021

Folgende Grundsätze müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

1. Nur symptomfrei ins Training

- Athleten und Trainer mit Erkältungs- und/oder Krankheitssymptomen dürfen grundsätzlich nicht am Trainingsbetrieb teilnehmen! Sie informieren unverzüglich den verantwortlichen Trainer, bleiben zu Hause, klären mit dem Hausarzt, Sportarzt oder Kinderarzt das weitere Vorgehen ab und melden dies an den verantwortlichen Trainer zurück. In diesen Fällen gilt ein absolutes Sport- und Trainingsverbot bis zum vollständigen Abklingen der Symptome.
- Beim Verdacht auf eine Infektion mit dem Coronavirus beim Athleten/Trainer selbst oder einem Familienmitglied des eigenen Haushalts begibt sich der Athlet/Trainer in Isolation und lässt sich umgehend auf das Coronavirus testen. In diesem Fall sind unverzüglich der verantwortliche Trainer und die Corona-Beauftragte Kathi Massow zu kontaktieren und über den aktuellen Stand und Verlauf regelmässig zu informieren.
- Im Falle eines positiven Corona-Tests ist in jedem Fall zwingend die Isolation und ein absolutes Sport- und Trainingsverbot für mindestens 10 Tage und bis zum vollständigen Abklingen der Symptome einzuhalten (auch wenn dies mehr als 10 Tage sind). Die Trainingsteilnahme an den 3star cats Trainings wird erst nach dem Vorliegen eines ärztlichen Attestes per E-Mail an sport@3starcats.ch wieder gestattet.
- Von unseren leistungsorientierten Athleten der Teams Challenger und Next Generation verlangen wir zusätzlich ein striktes Vorgehen nach dem Schema [COVID-19: Return to sport von Swiss Olympic](#) inklusive der angegebenen ärztlichen Untersuchungen in den beschriebenen Szenarien! Wir empfehlen, diese Untersuchungen bei einem Sportarzt (z.B. [Medbase Winterthur Brunngrasse](#) oder [Medbase Sports Medical Center Zürich](#)) durchführen zu lassen. Die Trainingsteilnahme an den 3star cats Trainings wird erst nach dem Vorliegen eines ärztlichen Attestes per E-Mail an sport@3starcats.ch wieder gestattet.
- Warum ein vollständiges Abklingen von Krankheitssymptomen vor der Wiederaufnahme von sportlichen Aktivitäten generell wichtig ist? Das könnt ihr hier nachlesen: [Deutsche Herzstiftung](#)

2. Abstand halten / Maske tragen

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 1.5 Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten. Kann der Abstand nicht eingehalten werden, muss eine Hygienemaske getragen werden.

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 der Corona-Beauftragten in folgender Form unmittelbar nach dem Training zur Verfügung steht.** Das namentliche Erfassen aller Teilnehmer ist zwingend erforderlich:

- Nachwuchsathleten - Anwesenheitskontrollen in der J+S Datenbank
- Erwachsene – Planungs-Excel in der Dropbox, bzw. schriftliche Mitteilung per E-Mail

5. Corona-Beauftragte des Vereins

Zuständig für die Umsetzung der Massnahmen in unserem Verein ist als Corona-Beauftragte Kathi Massow. Sie steht euch bei Fragen beratend zur Seite (+41 79 830 13 68 oder sport@3starcats.ch).

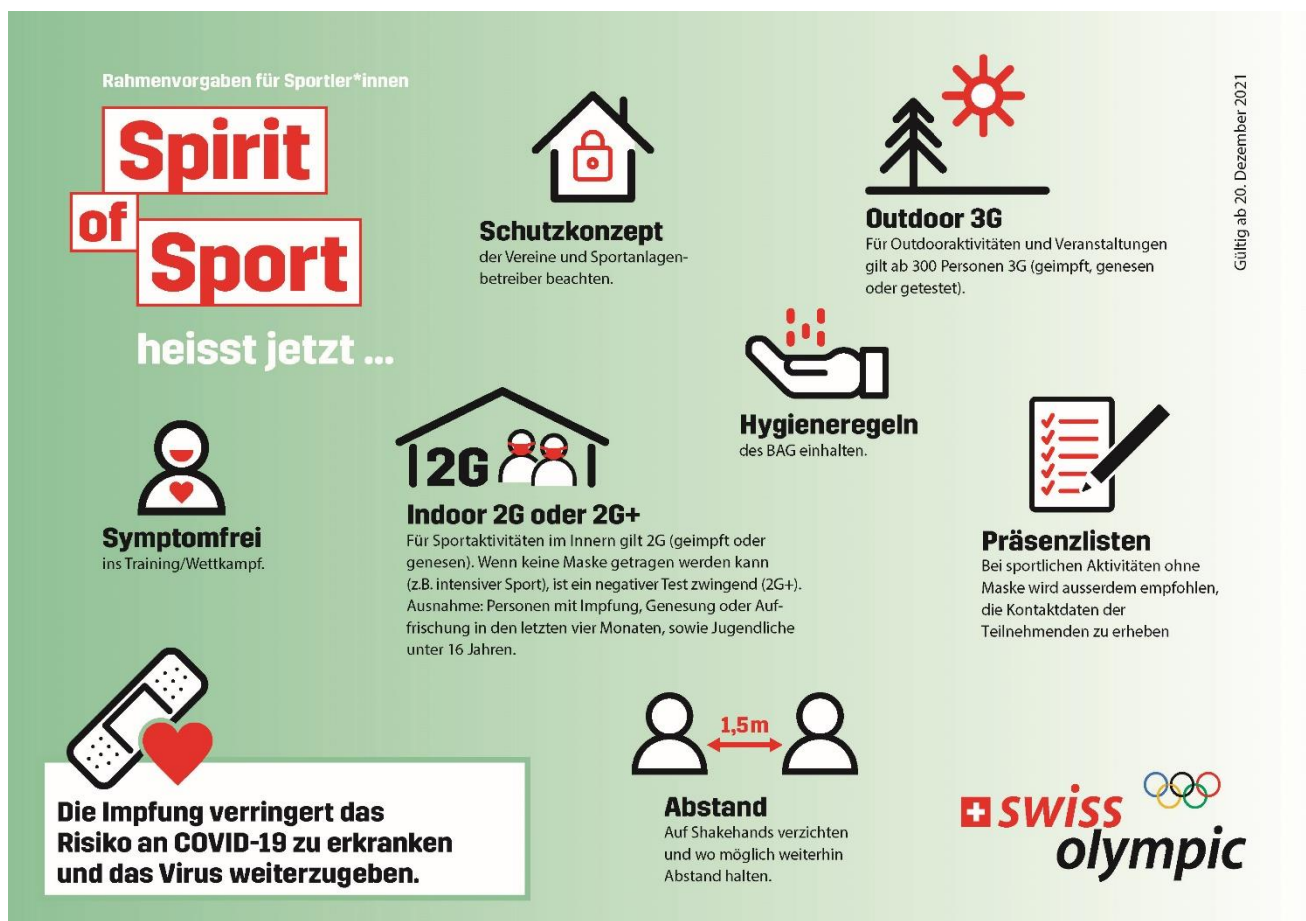
6. Besondere Bestimmungen

Die genauen Details sind folgendem Dokument von Swiss Olympic zu entnehmen: [hier klicken](#). Zusätzlich sind die Einhaltung und Umsetzung der Schutzkonzepte der Sportanlagen AG Wallisellen und der Schule Wallisellen für die Nutzung der Turnhallen, der Leichtathletikanlage, des Krafraums und des Schwimmbads von den jeweils eingesetzten Trainern sicherzustellen.

Wallisellen, 20. Dezember 2021

Benjamin Klante (Präsident)

Kathlen Massow (Technische Leiterin / Head Coach)



Rahmenvorgaben für Sportler*innen

Spirit of Sport

heisst jetzt ...

- Schutzkonzept**
der Vereine und Sportanlagenbetreiber beachten.
- Outdoor 3G**
Für Outdooraktivitäten und Veranstaltungen gilt ab 300 Personen 3G (geimpft, genesen oder getestet).
- Symptomfrei**
ins Training/Wettkampf.
- Indoor 2G oder 2G+**
Für Sportaktivitäten im Innern gilt 2G (geimpft oder genesen). Wenn keine Maske getragen werden kann (z.B. intensiver Sport), ist ein negativer Test zwingend (2G+). Ausnahme: Personen mit Impfung, Genesung oder Auffrischung in den letzten vier Monaten, sowie Jugendliche unter 16 Jahren.
- Hygieneregeln**
des BAG einhalten.
- Präsenzlisten**
Bei sportlichen Aktivitäten ohne Maske wird ausserdem empfohlen, die Kontaktdaten der Teilnehmenden zu erheben.

Die Impfung verringert das Risiko an COVID-19 zu erkranken und das Virus weiterzugeben.

Abstand
Auf Shakehands verzichten und wo möglich weiterhin Abstand halten.

Gültig ab 20. Dezember 2021

swiss olympic