



SARS-COV-19 SCHUTZKONZEPT SWISS ICE HOCKEY FEDERATION SIHF

Erstellt durch: G. Büsser, D. Mona, W. Kistler, J.C. Küttel, L. Weisskopf, B. Villiger (Leitung)
(Covid-19 Taskforce Medical Committee SIHF)

im Auftrag von Denis Vaucher, Director National & Swiss League

Inhaltsverzeichnis*

1. Ziel & übergeordnete Rahmenbedingungen (BAG, vgl. Anhang)

- 1.1. Ziel
- 1.2. Social Distancing
- 1.3. Einhaltung der Hygiene Regeln des BAG

2. Schutzkonzept Swiss Ice Hockey gemäss Rahmenvorgaben Kerngruppe Exitstrategie Sport

- 2.1. Risikobeurteilung und Triage
- 2.2. An und Abreise zu den Trainingseinrichtung
- 2.3. Infrastruktur
 - 2.3.1 Platz- / Trainingsverhältnisse.
 - 2.3.2 Umkleide / Duschen / Toiletten
 - 2.3.3 Reinigung und Desinfektion
 - 2.3.4 Verpflegung
 - 2.3.5 Zugänglichkeit und Organisation Infrastruktur
- 2.4. Trainingsformen und Inhalte
- 2.5. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort
- 2.6. Kommunikation des Schutzkonzeptes

*) Zur Vereinfachung der Lesbarkeit wurde ausschliesslich die männliche Form verwendet

Anhänge

- Anhang 1: Swiss Ice Hockey: Covid-19: Safe return to practice in icehockey (D/F/E/I)
- Anhang 2: Einverständniserklärung für Juniorenspieler: Pandemie-Kleingruppenttraining

1. Ziel & übergeordnete Rahmenbedingungen (BAG, vgl. Anhang)

1.1. Ziel:

SARS-CoV-19 bestimmt 2020 in einer noch nie dagewesenen Weise unser Leben, Tun und Handeln. Der Eishockeysport ist davon nicht ausgenommen. Wir wollen alle als primäres Ziel unsere Gesundheit durch verantwortungsvolles, persönliches Verhalten und Einhaltung der bundesrätlichen Richtlinien erhalten, aber auch so rasch wie möglich wieder unseren Eishockeysport ausüben können.

Die Rahmenbedingungen für eine baldige Rückkehr zu einem strukturierten Trainingsbetrieb werden uns vom Bundesrat bzw. vom BAG vorgegeben und regelmässig der Situation und Strategie angepasst werden. Die vorliegende Version 1.0 des Schutzkonzeptes wurde am 26.04.2020 verfasst und unterliegt auf Grund der bundesrätlichen Vorgaben ständigen Anpassungen.

Es ist unsere persönliche Verantwortung nach diesen Vorgaben in jeder Situation zu leben, aber auch kritisch und innovativ daran zu arbeiten, um diese Krise zu überwinden und daran täglich zu wachsen.

Ziel ist es, gemäss den Anweisungen des BAG, eine schrittweise Wiederaufnahme der normalen Trainings- und später Wettkampftätigkeit zu realisieren und die Weiterverbreitung des **Coronavirus zu kontrollieren**.

https://bag-coronavirus.ch/wp-content/uploads/2020/04/DE_Ansteckungen_16x9.mp4

Dazu bedarf es eines **Schutzkonzeptes**, welches zwingend die gegebenen und periodisch angepassten bundesrätlichen Rahmenbedingungen beinhaltet und sich praktikabel auf die unterschiedlichen lokalen Verhältnisse der Clubs vor Ort umsetzen lässt. Erfolgreich wird dieses Konzept nur dann, wenn sich alle, Spieler und Staffmitglieder, an die Vorgaben bezüglich Social Distancing und Hygiene halten!

Die Rahmenbedingungen bleiben strikt bestehen, die Umsetzung wird von jedem Club für seine Räumlichkeiten und Verhältnisse definiert und mit den verantwortlichen Keyplayers regelmässig aktualisiert und rückbesprochen.

1.2. Social Distancing:

- Mindestabstand 2m / 10m² Privacy
- Dokumentierte, allenfalls tracking-fähige Trainingsgruppe mit max. 5 Personen.
- Individualtransport (PW, Bike, zu Fuss), wenn immer möglich. Falls ÖV unumgänglich -> Selbst- und Fremdschutz einhalten
- Leave no marks: Athlet kommt alleine im Sporttenue und eigenem Frotteetuch/Bidon. Vor und nach der Trainingssession Händedesinfektion, Oberflächendesinfektion der gebrauchten Geräte, (Hände- und Oberflächendesinfektionsmittel liegt an jedem Arbeitsplatz auf). Frotteetuch & andere Hygieneartikel sind streng persönlich und werden in Plastiktüte von zuhause mitgebracht und wieder mitgenommen. Verlassen des Trainingsplatzes in der Regel ohne Dusche/Umziehen direkt nach Hause. Tägliche Reinigung der Wäsche (mind. 60°C).



1.3. Einhaltung der Hygiene-Regeln des BAG



- **Regelmässiges Händewaschen** mit Seife (zerstört die fetthaltige Virenhülle) und Trocknen mit Einweg-Papiertuch oder/und mit Händedesinfektionsmittel. Hautpflege mit Feuchtigkeitscreme. <https://youtu.be/FRi2FTEuY9g?t=4>
- **Niesen und Husten:** Strikt in ein Taschentuch oder die Ellenbogenbeuge zum Schutz der Umgebung. <https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/cc/Kampagnen/covid-19/husten-niesen.mp4.download.mp4/husten-niesen.mp4>
- **Striktes Unterbinden des Infektweges:** Eintrittspforte Virus: Mund/Nase evtl. Augenbindehaut - > **Hände weg vom Gesicht!** Kein Handschmuck wenn möglich.
- Masken: Eine Hygiene-Gesichtsmaske kann das Herausschleudern von Tröpfchen beim Atmen, Husten, Niesen etc. etwas eindämmen, zuverlässigen Virusschutz aber nur durch Schutzmasken mit einer minimalen Leckage (FFP2)
- Wichtig: Hygiene- und Social Distancing-Regeln sind wichtiger als das Tragen von Masken (spezielle Situationen ausgenommen).

Detaillierte Vorgaben BAG (laufend korrigiert): https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/mt/k-und-i/aktuelle-ausbrueche-pandemien/2019-nCoV/covid-19-erlaeuterungen-aenderungsmodus.pdf.download.pdf/Erlaeuterungen_COVID-19-Verordnung_2_Aenderungsmodus.pdf

2. Schutzkonzept Swiss Ice Hockey gemäss Rahmenvorgaben Kerngruppe Exitstrategie Sport

2.1. Risikobeurteilung und Triage (Symptome: <https://youtu.be/M1hm4A6EwOI?t=15>)

- Spieler oder Staff mit jeglichen Krankheitssymptomen bleiben zu Hause und sind strikte angewiesen, sich sofort telefonisch gemäss den clubinternen Richtlinien beim verantwortlichen Teamarzt in Verbindung zu setzen. Der verantwortliche Teamarzt entscheidet über die weiteren notwendigen Abklärungsschritte (gibt ja nicht nur Covid-19) und Therapiemodalitäten. Bei Covid-19 Verdacht wird grundsätzlich gemäss den gültigen BAG- bzw. der kantonalen GD-Empfehlungen vorgegangen (bei symptomatischen Personen Covid-19 PCR Test etc.), allenfalls grosszügigere Auslegung der PCR- & AK-Testung (analog von Personen im Gesundheitswesen).
- Aus diesen Abklärungen erfolgt eine **Heimisolation** für mindestens 10 Tage resp. 48 Stunden nach den letzten Krankheitssymptomen (Clearing immer durch den Teamarzt) oder eine https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/mt/k-und-i/aktuelle-ausbrueche-pandemien/2019-nCoV/merkblatt-selbstisolation-covid-19.pdf.download.pdf/covid-19_anweisungen_selbst-isolation.pdf **Heimquarantäne** bei intemem Kontakt (z.B. Küssen oder Umarmungen) zu einer Person mit Corona-vermutenden Krankheitssymptomen bzw. Symptome bei einer Person im engeren Umfeld d.h. gleicher Haushalt (inkl. Kontakt bis 24h vor Ausbruch der Symptome) https://www.bag.admin.ch/dam/bag/de/dokumente/mt/k-und-i/aktuelle-ausbrueche-pandemien/2019-nCoV/merkblatt-selbstquarantaene.pdf.download.pdf/covid-19_anweisungen_selbst-quarantaene.pdf
Grundsatz: bei Unklarheit sofortige Kontaktaufnahme mit dem verantwortlichen Teamarzt! Vor Klärung dürfe die Trainingseinrichtungen nicht aufgesucht werden.

- Im Rahmen des Trainingsprotokoll sollte in Zusammenarbeit mit dem Staff ein **internes Tracking** erfolgen (z.B. wer trainiert in welcher Trainingsgruppe, neben wem etc.) mit allfälliger weiterer prophylaktischer Heimquarantäne. Durch das konsequente Einhalten des Schutzkonzeptes sollten aber keine, die Heimquarantäne definierenden Kontaktsituationen entstehen.
- **Risikopersonen:** Menschen über 65 Jahre, oder Menschen mit nicht gut eingestellten Vorerkrankungen ist der Aufenthalt im Trainingszentrum zum eignen Schutz untersagt. Wichtig: Behandeltes Asthma und Heuschnupfen stellen keine Risikokonstellation dar.
<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/besonders-gefaehrdete-menschen.html>

2.2. An und Abreise zu den Trainingseinrichtungen des Clubs

Keep it simple and clean: Die Anreise erfolgt alleine per Fuss, Velo, Roller oder mit Auto bis auf die Parkplätze vor dem Trainingsgelände. Der Athlet erscheint in adäquater Sportbekleidung, welche bereits zu Hause angezogen wird. In einer kleinen Sporttasche sollen ein privates, frisch gewaschenes Frotteehandtuch, Hygieneartikel sowie ein Einweg-Plastikbeutel zur korrekten Entsorgung des gebrauchten Handtuches mitgenommen werden. Ebenfalls soll der Athlet seine Getränke/Flaschen und Snacks selber in der Tasche mitführen und darin wieder aus dem Trainingsgelände entsorgen.

Der Ein- und Austritt ins Trainingsgelände erfolgt ausschliesslich über einen definierten Eingang. Treffen mehrere Athleten gemeinsam dort ein, sind die definierten Distanz-Markierungslinien eingehalten werden. Die erste Handlung beim Betreten durch die Türe ist die alkoholische Händedesinfektion am entsprechenden Desinfektionsständer.

Nach dem Training wird die Tasche resp. Plastikbeutel gemäss Anleitung gepackt und der Athlet verlässt in den (gebrauchten) Sportkleidern das Trainingsgelände auf direktem Weg im eigenen Transportmittel.

2.3. Infrastruktur

2.3.1. Platz- / Trainingsverhältnisse

Die Trainings finden in den Trainingseinrichtungen (ev. in verschiedenen Räumen bzw. Lokalisationen) des Clubs statt. Der Zugang ist ausschliesslich den Spielern und durch den Club definierten Staffmitgliedern erlaubt.

Die geforderte Einhaltung der Abstandsregelung (2 Meter) und Eigentrainingsfläche (10m²) sollte bei Trainingsstationen mit konstant hohem Atemvolumen (> 100l/min bei Höchstbelastung) deutlich vergrössert werden: Mindestabstand 3-5m zur nächsten Trainingsstation, individuelle Trainingsfläche ca. 25m².

2.3.2. Umkleide / Duschen / Toiletten

Die Garderobe wie auch die Nasszellen (Duschen) sind gesperrt und nicht benutzbar. Die zugänglichen Toiletten mit Waschbecken inkl. Seifenarmaturen, Desinfektionsmittel und Einwegpapier-Handtücher sind definiert und entsprechend gekennzeichnet. Sie werden regelmässig kontrolliert, gereinigt, und nachgefüllt. Händewaschen ist obligatorisch (mit Seife). Der Spieler erscheint zum Indoortraining in adäquater Sportbekleidung (vgl. Punkt 2.2.).

2.3.3. Reinigung und Desinfektion

Eine Grundreinigung pro Tag durch die Materialwarte und/oder ein externes Reinigungsteam. Es werden unter Einhaltung der Hygienevorschriften (Maske, Handschuhe) alle gebrauchten Örtlichkeiten gereinigt und mit Oberflächendesinfektionsmittel (Spitalstandart) behandelt. Die Papierkörbe in den WCs und an einer definierten Hauptdesinfektionsstelle (Hauptpapierkorb) fachgerecht mit Handschuhen geleert (2x/Tag) und entsorgt.

Für die Reinigung und Desinfektion der benutzten Gerätschaften ist der Spieler nach Beendigung seiner Trainingseinheit selbst verantwortlich unter strenger Aufsicht der Trainercrew und/oder der Materialwarte. Es müssen genügend Desinfektionsmittel (Spitalstandart z.B. Meliseptol etc.) und Einmalputztücher zur Verfügung stehen. Fachgerechte Entsorgung in den Haupt-Papierkorb.

Die folgende Trainingsgruppe darf frühestens nach einer 15-minütigen Einwirkungszeit die gereinigten Trainingsposten in Betrieb nehmen.

2.3.4. Verpflegung

Der Spieler kommt gemäss den clubinternen Richtlinien verpflegt zum Training und bringt allfällige Zusatznahrung oder Snacks selber mit. Ebenso eine gefüllte Trinkflasche. Die Restauration und die Selbstbedienungs-Getränkeautomaten bleiben grundsätzlich aus hygienischen Gründen geschlossen.

Wo aus speziellen Gründen intern Esswaren & Getränke abgegeben werden, gelten die Vorgaben für «Imbiss-Betriebe, Take-Away, Lieferservice».

[\(COVID-19-Verordnung 2 vom 13. März 2020/Stand 4.April 2020, Kapitel 3 Art 6, Absatz 2\)](#)

2.3.5. Zugänglichkeit und Organisation Infrastruktur

Der Zugang zur Trainingsstätte erfolgt wie in Punkt 2.2. beschrieben. Andere Eingänge bleiben für Spieler und Staff geschlossen, sodass der Trainingsbereich nur einen Zugang besitzt.

Die Trainingsstationen sind jede für sich mit ca. 25m² bemessen und jede mit den identischen und für das Training benötigten Gerätschaften ausgestattet. Die Trainingsgruppe umfasst maximal 4 Spieler plus den Trainer (resp. in Ausnahmefällen 5 Spieler mit Trainer im abgetrennten Trainerbüro) und es wird analog der Trainingsbelastung im Factsheet «Safe return to practice» vom SIHF (vgl. Anhang 1/2) 60-90 Minuten trainiert.

Es werden je nach Anzahl der im Individualtraining sich befindenden Kaderspieler mehrere Gruppen pro Tag betreut. Zwischen den Gruppen liegt eine Mindestpause von 30 Minuten zur Einhaltung der korrekten Reinigungs- und Be-/Durchlüftungszeiten.

2.4. Trainingsformen und Inhalte

Die Trainingsinhalte und -formen liegen in der Verantwortung des Off-Ice-Coaches bzw. Athletic Trainer. Inhalte und Belastungsformen wurden im Vorfeld mit dem Medicalstaff abgesprochen. Für medizinische Fragen ist während der Trainingszeiten ein Mitglied des Medical Teams jederzeit erreichbar. Ein Notfalldienst ist organisiert! Bei medizinischen Notfällen kann dieser sofort aktiviert werden.

Das Individualtraining zu Hause wird zusätzlich gemäss Vorgabe und Kontrolle der Trainercrew weitergeführt. Ebenfalls erfolgt das Ausdauertraining individuell mit Vorgabe durch den Konditionstrainer anhand der Leistungstest und über Polaruhr-Kontrolle (online).



SARS-COV-19 Schutzkonzept SIHF

Das Kleingruppentraining umfasst vor allem die kontrollierte Beübung mit hohen Gewichten oder zuhause nicht verfügbaren, teils Eishockeyspezifischen spezifischen Geräten/Einrichtungen im neuromuskulären, muskuloskelettalen, metabolischen und kardiovaskulären Bereich. So bleibt die Kontaktzeit gemäss den Vorgaben des BAG kurz. Die Gerätschaften werden analog Punkt 2.3.3. und 2.3.5. fachgerecht gereinigt und unterhalten.

Leistungstest bzw. Trainingskontrollen sind erlaubt, wobei die Test- und Assistenzpersonen, die die Distanzregeln nicht einhalten können, persönliche Schutz-ausrüstungen (Maske, Handschuhe, Schutzbrille, Kopfbedeckungen) tragen und die Covid-19 Richtlinien der SIG for Functional Diagnostics in Sports and Pneumology und der Schweizerischen Gesellschaft für Pneumologie SGP einhalten müssen.

Die individuelle Protokollierung der Übungen und Intensitäten sind im Trainingsprogramm dokumentiert und werden durch die Trainer überwacht.

Um bei einer weiteren Lockerung oder gar der Möglichkeit eines spezifischeren kontaktnäheren Mannschaftstraining durch Bundesrat/BAG bereit zu sein, entwickeln die Clubs proaktiv zuhanden der verantwortlichen Institutionen entsprechende Umsetzungs-programme. Das vorliegende Konzept wird dann entsprechend angepasst.

2.5. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

Der korrekte Ablauf des Trainingsbetriebes inkl. der Durchführung und Einhaltung der aufgeführten Schutzmassnahmen liegt in der Verantwortung des Office-Trainers. Er bestimmt Mitglieder des Material- und Medicalstaff zur Mithilfe und delegiert spezifische Aufgaben. Der Sportchef und Teamarzt amten in einer Kontrollfunktion, wobei die Besonderheit der aktuellen Situation eine offene und unkomplizierte Kommunikation und solidarische Mithilfe unbedingt miteinschliesst.

Die Profispieler der NL und SL sind zu einem selbstverantwortlichen Commitment aufgerufen, um durch die genaue Einhaltung der Schutzvorschriften sich und alle anderen Team- und Staffmitglieder und die Öffentlichkeit vor einer Virusausbreitung zu schützen. Für die Information der Spieler über das vorliegende Konzept ist der jeweilige Sportchef der Leistungsteams zusammen mit dem Medical Team verantwortlich. Nach erfolgter Information bestätigen die Spieler das Einhalten der clubspezifischen Richtlinien. Jeder Spieler muss sich der Tragweite und Verantwortung bewusst sein!

Für nichtmündige Spieler aus den Junioren-Leistungsmannschaften wird eine entsprechende Erklärung zur Mitunterzeichnung durch einen Elternteil abgegeben und vor einem allfälligen Gruppentraining eingefordert (Junioren-Sportchef, resp. zuständiger Trainer) -> Anhang 4. Für die Eltern steht zudem der Teamarzt bei Fragen zur Verfügung.

Ausserhalb der nichtkontrollierten Trainingszeit bleiben die Trainingseinrichtungen geschlossen. Spezifische Ausnahmen sind durch den Sportchef und den Teamarzt direkt zu genehmigen.



2.6. Kommunikation des Schutzkonzeptes

Dieses Schutzkonzept für den Eishockeysport wird dem Baspo am 27. April 2020 zur Plausibilisierung zugestellt.

Im Anschluss an die Plausibilisierung werden die entsprechenden Dokumente wie folgt verteilt:

- Durch NL & SL Operations: An alle Clubs des Leistungssports (National League & Swiss League)
- Durch die Regio League: An alle Clubs des Nachwuchs- und Amateursports
- Durch die Mitglieder der Geschäftsleitung SIHF: An alle internen Abteilungen
- Die Clubs sind für die jeweilige, zwingende Weiterleitung an ihre Sportinfrastrukturanbieter verantwortlich.

Bei allfälligen weiteren Lockerungen oder andere Vorgaben durch das BAG oder die GD der Kantone können die Schutzkonzepte in Zusammenarbeit mit der SIHF bzw. mit NL & SL Operations periodisch angepasst und aktualisiert werden.