

# Covid-19 Schutzkonzept Swiss Ultimate Association SUA

## Einleitung

Das vorliegende Schutzkonzept definiert, unter welchen Voraussetzungen ein Trainingsbetrieb in der Sportart Ultimate unter Einhaltung der vom Bundesrat und BAG erlassenen Schutzmassnahmen vom 16.3.2020 stattfinden kann.

Das Schutzkonzept ist eine Empfehlung der Swiss Ultimate Association SUA. Die Verantwortung und Umsetzung liegt bei den Clubverantwortlichen (Vorstand), Trainerinnen und Trainern sowie den einzelnen Spielerinnen und Spielern.

Die unserer Sportart zugrunde liegende Philosophie des «Spirit of the Game», der die Verantwortung des Fair Plays und die Einhaltung der Regeln jedem Spieler überträgt, ist bei der Umsetzung des Schutzkonzeptes zentral: «Wir sind und bleiben solidarisch, wir halten uns strikte an die Vorgaben und wir wollen keine Sonderregelung. Wir verhalten uns vorbildlich, denn dies dient dem Ultimate-Sport.»

## 1. Einhaltung der übergeordneten Grundsätze

*(vgl. Anhang)*

- Einhaltung der Hygieneregeln des BAG.
- Social-Distancing (2m Mindestabstand zwischen allen Personen; 10m<sup>2</sup> pro Person; kein Körperkontakt).
- Maximale Gruppengrössen von fünf Personen gemäss aktueller behördlicher Vorgabe. Wenn möglich gleiche Gruppenzusammensetzung und Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
- Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben des BAG beachten.

## 2. Risikobeurteilung und Triage

Sportlerinnen und Sportler und Coaches 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.

## 3. Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

- Um Anreisewege möglichst zu reduzieren, finden Trainings möglichst in der Nähe des Wohnorts der Teilnehmer statt.
- Die Anreise erfolgt möglichst mit individuellen Verkehrsmitteln (Auto, Velo, ...).
- Auf die Benutzung des öffentlichen Verkehrs wird möglichst verzichtet.

#### 4. Infrastruktur

- Die Vorgaben von Sportanlagenbetreibern oder dem zuständigen Sportamt (z.B. bei der Benutzung von städtischen Rasenflächen) sind zu befolgen.
- Die Platz- und Trainingsortverhältnisse sind so zu wählen, dass die 2m-Distanzregeln und der minimale Platzbedarf von 10m<sup>2</sup> pro Person eingehalten werden kann.
- Lokale Garderoben an Trainingsstandorten werden nicht genutzt. Die Trainingsteilnehmer erscheinen bereits umgezogen zum Training und gehen nach dem Training möglichst rasch nach Hause.
- Trinkflaschen werden in gefülltem Zustand zum Training mitgebracht und nur vom jeweiligen Athleten benutzt.
- Befinden sich mehrere Gruppen auf einem Trainingsfeld, wird für jede Gruppe einen klar abgegrenzten Trainingsbereich festgelegt (Markierung mit Linie/Hütchen).

#### 5. Trainingsformen, -spiele und -organisation

Ultimate ist ein Teamsport und wird auf Rasenfeldern (z.B. Fussballplätzen) gespielt. Zum Spielen wird eine Ultimate-Frisbee Scheibe benutzt, welche von den Spielerinnen und Spielern mit den Händen geworfen und gefangen wird.

Unter Einhaltung der übergeordneten Grundsätze (vgl. Anhang) können die folgenden Trainingsformen umgesetzt werden:

- **Wurfübungen** mit dem Frisbee sind unter folgenden Bedingungen möglich:
  - a) Das Frisbee darf nur zwischen den gleichen zwei Personen hin und hergeworfen werden.
  - b) Werfer und Fänger desinfizieren unmittelbar vor und nach der Wurfserie ihre Hände und vermeiden während des Werfens Berührungen im Gesicht.
  - c) Das verwendete Frisbee wird unmittelbar vor und nach der Wurfserie desinfiziert.
- **Konditionstrainings** (Ausdauer, Kraft, Koordination, ...) als Einzelathlet oder in Trainingsgruppen bis zu 5 Personen.
- **Distance Coaching** von Teams (Spielanalysen, Taktik, Trainingsplanung ...) mit Video- oder Telefonkonferenzen.

#### 6. Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

Die Verantwortung und Umsetzung des vorliegenden Schutzkonzeptes liegt bei den Clubleitungen der Mitgliedervereine der SUA, der Trainerinnen und Trainern, sowie den einzelnen Spielerinnen und Spielern.

Die Trainingsverantwortlichen der Clubs (Coaches) führen für jede Trainingseinheit eine Präsenzliste zur Sicherstellung der Rückverfolgbarkeit. Sie stellen sicher, dass die Schutzmassnahmen während des Trainings umgesetzt werden.

## **7. Kommunikation des Schutzkonzeptes**

Dieses Schutzkonzept für die Sportart Ultimate wird dem Baspo und Swiss Olympic am Freitag, 1. Mai 2020 zur Plausibilisierung zugestellt.

Nach Abschluss der Vernehmlassung ist folgende Verteilung der entsprechenden Dokumente vorgesehen:

- Infomailing an alle Mitgliedervereine der Swiss Ultimate Association SUA
- Infomailing an alle lizenzierten Spielerinnen und Spieler der SUA der Jahre 2019 und 2020
- Publikation auf der Verbandshomepage [www.ultimate.ch](http://www.ultimate.ch) und der Facebook-Seite der SUA

### **Anhang:**

- Übergeordnete Grundsätze zur Eindämmung des Coronavirus im Zusammenhang mit Sportaktivitäten (BASPO/BAG/SwissOlympic)

# Anhang



## Abstand halten

Halten Sie Abstand zu anderen Menschen. Eine Ansteckung mit dem neuen Corona Virus kann erfolgen, wenn man zu einer erkrankten Person weniger als zwei Meter Abstand hält. Indem Sie Abstand halten, schützen Sie sich und andere vor einer Ansteckung.

Einhalten der Distanz sowohl für Sportaktivitäten draussen und wie in Sport- und Trainingshallen. 10 Quadratmeter pro Person oder 2m Distanz.

Aktivitäten und Training in Kleingruppen bis max. 5 Personen

## Abstand halten im öffentlichen Verkehr

Der ÖV ist wichtig für eine funktionierende Wirtschaft. Und viele Menschen sind auf ihn angewiesen. Das Grundangebot bleibt deshalb bestehen. Benutzen viele Personen ein öffentliches Verkehrsmittel gleichzeitig, können sie nicht genügend Abstand voneinander halten. Sie riskieren dann, sich mit dem neuen Corona Virus anzustecken.

- Verzichten Sie auf Fahrten mit dem ÖV
- Nutzen Sie für den Trainingsweg wo immer möglich den Langsamverkehr (zu Fuss, Fahrrad, E-Bike)
- Sind Sie dennoch auf ÖV angewiesen, halten Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln ein



## Gründlich Hände waschen: Vor und nach dem Training!

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Indem Sie Ihre Hände regelmässig mit Seife waschen, können Sie sich schützen. Trocknen Sie sie mit einem sauberen Handtuch, wenn möglich mit einem Wegwerf-Papiertuch oder einer einmal benutzbaren Stoffhandtuchrolle.

## Was muss ich noch beachten?

Am besten tragen Sie keine Ringe. Falls Sie einen Ring tragen: Ziehen Sie ihn vor dem Händewaschen aus, reinigen Sie ihn mit Seife und trocken Sie ihn gut.

Pflegen Sie Ihre Haut: In lädierter Haut können sich richtige «Mikrobennester» bilden. Verwenden sie zur Pflege der Haut eine Feuchtigkeitscreme.



## Händeschütteln vermeiden

Je nachdem, was wir gerade angefasst haben, sind unsere Hände nicht sauber. Ansteckende Tröpfchen aus Husten und Niesen können sich an den Händen befinden. Sie gelangen an Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt. Darum ist es wichtig, das Händeschütteln zu vermeiden. Gegen Ansteckung können wir uns schützen, indem wir:

- Keine Hände schütteln; auf Sportrituale mit Berührungen verzichten
- Auf Begrüssungsküsse verzichten
- Nase, Mund und Augen besser nicht berühren