

Covid-19 Schutzkonzept zum Betrieb des Fitness Centers Ambafit Gümligen

Vorwort

Dieses Schutzkonzept enthält die Rahmenvorgaben des Bundesamtes für Sport (BASPO) für den sicheren Betrieb unseres Fitness Centers während der Corona Pandemie. Es wurde auf der Basis dieser Vorgaben zur Senkung des Infektionsrisikos mit Sars-CoV-2 (Covid-19) beim Training im Fitness Center entwickelt.

Ziel ist es, die Wiederaufnahme der Trainingsaktivitäten umzusetzen und dabei die gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) einzuhalten.

Bewegung und Training haben, wissenschaftlich gut belegt, eine äusserst positive Wirkung auf die Gesundheit und stärken u. a. auch das Immunsystem. Gerade für ältere Menschen ist spezifisches Krafttraining im Fitnesscenter zur Erhaltung ihrer Mobilität wichtig. Besonders gefährdete Personen müssen jedoch die spezifischen Vorgaben des BAG beachten.

Erläuterungen:

Gruppenangebote können ab dem 6. Juni 2020 wieder ohne Einschränkung der Gruppengrösse durchgeführt werden. Dabei ist folgendes zu beachten:

a) Bei Gruppenangeboten muss gerade auch auf Grund der unbeschränkten Gruppengrösse die Einhaltung des Abstands von 2m stets gewährleistet sein

b) Kann die Distanzregel nicht eingehalten werden, muss die Nachverfolgung enger Personenkontakte* (Contact Tracing) sichergestellt sein mit Präsenzlisten

*Als enger Kontakt gemäss COVID-19-Verordnung 2 Artikel 6e2 gilt ein Kontakt zwischen Personen, bei dem die Distanz von zwei Metern während mehr als fünfzehn Minuten nicht eingehalten wird, ohne dass Schutzmassnahmen wie das Tragen einer Gesichtsmaske oder das Anbringen einer zweckmässigen Abschränkung getroffen werden.

c) Zwischen den Anfangs- und Schlusszeiten der Gruppenkurse sind 15 Minuten Pause eingerechnet.

1. Risikobeurteilung und Triage

Personen mit Krankheitssymptomen wie (meist trockenem) Husten, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit, Fieber/Fiebergefühl oder Muskelschmerzen dürfen nicht im Ambafit Fitness Center trainieren.

Besonders gefährdete Personen beachten die Empfehlungen des BAG und trainieren unter Eigenverantwortung.

2. Auf der Nutzfläche in den Räumlichkeiten des Centers

Die Hygiene- und Verhaltensregeln des BAG sind einzuhalten. Diese werden mit Plakaten kommuniziert. Die Mitarbeitenden sind dafür verantwortlich, dass sich die Kunden an diese Vorschriften halten.

3. Trainingsspezifische Massnahmen

Mit Plakaten wird auf die Einhaltung der Alltagsregeln des BAG hingewiesen.

Die Ausdauergeräte sind so platziert, dass bei gleichzeitigem Training der Abstand zwischen den Köpfen der Trainierenden mindestens 2 Meter beträgt. Ist dies nicht der Fall, wird mit Plakaten darauf hingewiesen welche Stationen gleichzeitig benutzt werden dürfen.

Jeder Trainierende bringt zur Abdeckung der Geräte ein grosses und sauberes Trainingstuch mit und legt dieses über die Sitz- und Anlehnfläche.

Jeder Trainierende desinfiziert vor dem Betreten und vor dem Verlassen des Trainingsbereichs seine Hände und fasst sich während des Trainings nicht ins Gesicht.

Bei Gruppenkursen ist die maximale Teilnehmerzahl auf 12 Personen beschränkt. Zwischen den Anfangs- und Schlusszeiten der Gruppenkurse sind 15 Minuten Pause eingerechnet.

4. Reinigung / Hygiene

Das gesamte Center wird täglich gereinigt.

Die Trainingsgeräte werden an allen Stellen, an welchen sie trainingsbedingt berührt werden müssen, mindestens einmal täglich desinfiziert.

Die Mitarbeiter reinigen während des laufenden Betriebs regelmässig oft berührte Türgriffe und Flächen.

Das Center wird regelmässig, mind. alle zwei Stunden, während fünf Minuten gelüftet.

Den Kunden und Mitarbeitern stehen vor dem Eingang ins Center, bei der Lift Tür, auf beiden Trainingsflächen und bei der Trainingskartei Desinfektionsmittel zur Verfügung. Auf beiden Trainingsfläche stehen zusätzlich je ein Papierspender und ein Eimer. In den Garderoben stehen den Kunden Flüssigseife, Papierspender und Eimer zur Verfügung. In Notfällen stehen für Ersthelfer beim Notfallkoffer Schutzmasken bereit.

5. Mitarbeitende

Alle Mitarbeitenden wurden über den Inhalt dieses Schutzkonzeptes in Kenntnis gesetzt.

Alle Mitarbeitende sind durch das Tragen der Teamshirts/Teamjacken für die Kunden als solche erkennbar.

Alle Mitarbeitende halten die Hygieneregeln und das Social Distancing besonders genau ein.

6. Kommunikation des Schutzkonzeptes

Das Schutzkonzept ist auf www.ambafit.ch einsehbar.

Die Kunden haben die wesentlichen Punkte des Schutzkonzeptes per Mail erhalten.

Das Schutzkonzept ist im Center in Papierform einsehbar.

Gümligen, 6. Juni 2020

Ambafit GmbH

Worbstrasse 221

3073 Gümligen

Tel. 031 952 79 00