

Schutzkonzept zum Betrieb des Unisport Fitnesscenter

Stand vom 12.11.2020

Dieses Schutzkonzept enthält die Rahmenvorgaben für den sicheren Betrieb von Fitness- und Trainingscentern auch während der Corona-Pandemie. Auf der Basis des Schutzkonzeptes von QualiCert und dem Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband (SFGV) sind betriebliche Anforderungen für Fitness- und Trainingscenter formuliert, welche das Gefährdungspotential für eine Virus-Übertragung beim Training auf ein Niveau senken, das die Wiedereröffnung der Center rechtfertigt.

1. Hinweise vor dem Besuch des Centers

Die Kunden werden darauf aufmerksam gemacht, dass auch die «Trainingswelt» durch die Corona Pandemie eine andere ist als vorher, insbesondere muss erwähnt werden, dass

- die zeitliche Planung des Trainings nicht mehr beliebig ist, sondern durch das Unisport Fitnesscenter und einem manuellen Check-In System geregelt wird;
- der Kunde, wenn immer möglich, «trainingsbereit» gekleidet ins Center kommen muss, damit die Umkleideraumlichkeiten und Garderoben nicht überbelastet werden, was die Einhaltung des 1.5m-Abstandes verunmöglichen kann;
- zur Anreise, wenn immer möglich, nicht der ÖV, sondern individuelle Möglichkeiten genutzt werden sollten.

2. Zutritt zum Center

2.1. Maximale Anzahl Trainierender

Die Anzahl der Personen, die gleichzeitig im Center anwesend sein dürfen, ist auf 50 Personen limitiert ¹.

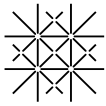
Gemäss dem Schutzkonzept von QualiCert errechnet sich diese maximale Anzahl Personen wie folgt: *80% der benutzbaren Trainingsstationen*. Eine Trainingsstation ist benutzbar, wenn der Abstand zwischen dem Trainierenden auf der betreffenden Trainingsstation $\geq 1.5m$ zu allen Trainierenden auf allen benachbarten Trainingsstationen ist.

Im Unisport Fitnesscenter wird jedes zweite Ausdauergerat gesperrt, weil die Verweildauer länger als 15 Minuten beträgt. Inklusiv der 50 Kraftstationen (bei einer Verweildauer unter 90 Sekunden) ergibt sich eine Gesamtzahl von 63 nutzbaren Trainingsstationen und somit bei 80% > maximal 50 Personen, die gleichzeitig im Center sein dürfen.

2.2. Check-In System

Durch ein Check-In System inkl. Drehkreuz sorgt das Unisport Fitnesscenter dafur, dass

¹ gemäss dem Schutzkonzept für die Fitnessbranche unter COVID-19 vom 4.11.2020 des SFGV



- nicht mehr als die maximal erlaubte Anzahl Kunden gleichzeitig im Center anwesend ist. Die unter Punkt 4.1 beschriebene Personenverteilung wird durch ein manuelles Kartensystem sichergestellt.
- die Kunden gestaffelt ins Center kommen und es so auch am Eingang zum Center nicht zu Personenansammlungen kommt.

2.3. Vermeidung von Personenansammlungen

Zur Sicherstellung, dass es trotz des Check-In Systems vor dem Eingang zum Center zu keinen Personenansammlungen kommt, werden Bodenmarkierungen mit 1.5m-Abstand angebracht.

2.4. Auszuschliessende Personen

Personen müssen vom Training ausgeschlossen werden, wenn sie sich krank fühlen oder COVID-19-Symptome aufweisen ². Personen mit COVID-19 Krankheitssymptomen werden vom Fitnesscenter Personal angewiesen, das Fitnesscenter zu verlassen und erhalten das Merkblatt des Bundesamts für Gesundheit «COVID-19: Anweisungen zur Isolation» (gültig ab dem 25.06.2020, Anhang 1).

2.5. Bestätigung

- Das Unisport Fitnesscenter trifft Massnahmen, damit Personen gemäss 2.4 ausgeschlossen werden, indem die Trainierenden ihre Gesundheit bestätigen.

2.6. Besonders gefährdete Personen

- Besonders gefährdete Personen müssen gemäss Kapitel 5, Art. 10b «Grundsatz» auf die Weisungen der COVID-19-Verordnung 2 in Art. 10b1 hingewiesen werden.
- Angehörige von Risikogruppen nehmen eigenverantwortlich am Fitnesscenterbetrieb teil.

3. **Auf der Studionutzflache in den Räumlichkeiten des Centers**

3.1. Allgemein

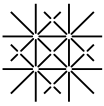
- Es wird sichergestellt und klar kommuniziert, dass auch innerhalb des Unisport Fitnesscenters die Hygiene- und Verhaltensregeln des BAG einzuhalten sind.

3.1.1. Maskenpflicht

- Ab dem 28.10.2020 ist das Tragen einer Gesichtsmaske gemäss den Vorgaben des Bundesamts für Gesundheit³ im gesamten Fitnesscenter (inkl. Eingangsbereich und Trainingsfläche) Pflicht.
- Die Universität Basel und somit auch das Unisport Fitnesscenter akzeptiert keine Maskendispens. Der Eintritt ins Fitnesscenter ist ausschliesslich mit einer Gesichtsmaske möglich.

² gemäss dem Schutzkonzept für die Fitnessbranche unter COVID-19 vom 4.11.2020 des SFGV

³ <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/masken.html#1492943374>



- Das Personal des Centers ist dafür verantwortlich, dass sich die Kunden an diese Vorschriften halten.

3.2. Empfang

- Am Empfang werden die Verhaltensregeln gemäss 3.1 jeder Zeit eingehalten. Ein Plexiglasschutz wird zwischen dem Personal und den Kunden aufgestellt.
- Möglichkeiten zum Verweilen im Eingangs- und Empfangsbereich werden minimiert.
- Der Verkauf am Empfang (z.B. Abos und Chiparmbander) wird unter Einhaltung der BAG-Verhaltensregeln stattfinden.
- Die Artikel des Verkaufsautomaten sind nur als Take-Away Artikel erlaubt und müssen ausserhalb des Centers konsumiert werden.

4. Umkleideraumlichkeiten / Duschen

4.1. Umkleideraumlichkeiten

- Die Garderoben werden unter Einhaltung einer Mengenbegrenzung sowie der Abstandsregeln zum Wechseln des Schuhwerks, Ablegen zusätzlicher Bekleidungsstücke und sicheren Deponieren von Wertsachen (abschliessbare Kästchen) benutzt.
- Hierfür werden im Unisport Fitnesscenter 19 abschliessbare Kästen pro Geschlecht zur Verfügung stehen. Zusätzlich werden 10 weitere nicht-abschliessbare Depotmoglichkeiten für zum Wechseln des Schuhwerks und Ablegen zusätzlicher Bekleidungsstücke geschaffen. Das Unisport Fitnesscenter lehnt jegliche Haftung für den Verlust oder Beschädigung der deponierten Gegenstände ab.

4.2. Duschen

- Die Duschen werden unter Einhaltung der Verhaltensregeln benutzt.

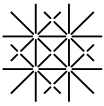
5. Trainingsspezifische Massnahmen

5.1. Grundsätzliches

- Die maximale Verweildauer (Trainingszeit inkl. Zeit zum Duschen, Umziehen etc.) von 90 Minuten stellt sicher, dass der Durchlauf und die maximale Anzahl der gleichzeitig im Center anwesenden Personen kontrollierbar bleiben.
- Die Trainingsdauer zusammen mit der maximalen Anzahl Trainierender, die gleichzeitig im Center anwesend sein dürfen, bestimmen den Gesamtdurchlauf, was eine wichtige Grösse der Zufriedenstellung der Kundenbedürfnisse darstellt.

5.2. Geratgestutztes Krafttraining

- Die benutzbaren stationären Trainingsstationen sind so markiert, dass beim gleichzeitigen Training auf den benutzbaren stationären Trainingsstationen der Abstand zwischen den Köpfen der Trainierenden stets mindestens 1.5 Meter beträgt.



- Bei freien Gewichten (Lang- und Kurzhanteln / Kettlebells und vergleichbare Geräte) sowie auf frei nutzbaren Flächen werden Nutzungsräume markiert, innerhalb welchen jeweils eine Person unter Einhaltung des 1.5m-Abstandes trainieren kann.

5.3. Geratgestutztes Herz-Kreislauftraining

- Bei der Beurteilung der Benutzbarkeit von Ausdauergeraten wird aufgrund der signifikant höheren Atemvolumina als beim Krafttraining auch die Atemrichtung und nicht nur die 1.5m-Abstandsregel bezüglich der Position des Kopfes berücksichtigt werden.

5.4. Trainingsregeln

- Jede/r Trainierende hält die festgelegte maximale Verweildauer von 90 Minuten ein.
- Jede/r Trainierende desinfiziert viruzid wirksam vor dem Betreten und dem Verlassen des Trainingsbereichs seine Hände.
- Jede/r Trainierende bringt zur Abdeckung der Trainingsgeräte ein sauberes Handtuch mit und legt dieses beim Training an stationären Trainingsgeräten über die gesamte Sitz- oder Anleh-fläche.
- Jede/r Trainierende desinfiziert nach dem Gebrauch alle während dem Training berührte Ober-flächen gemäss Anhang 2.
- Jede/r Trainierende bemüht sich, sich während des Trainings nicht ins Gesicht zu fassen. Ist dies unumgänglich, so desinfiziert der Trainierende seine Hände viruzid wirksam.

5.5. Gruppenfitness

- Gruppenfitness Kurse, welche im Unisport Fitnesscenter stattfinden, sind Teil des Unisport Kursangebotes und sind nicht Teil des Centerangebotes. Daher sind diese bis zur Wiederauf-nahme des Unisport Kursbetriebes nicht Teil dieses Konzeptes.

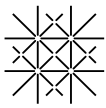
5.6. Trainingsberatung / praktische Trainingsanweisungen

- Trainingsberatung und praktische Trainingsanweisungen sind unter Einhaltung der BAG-Verhaltensregeln möglich.
- Sowohl der Kunde als auch der beratende Mitarbeitende desinfizieren ihre Hände vor und nach der Beratung viruzid wirksam.
- Wie unter Punkt 3.1.1. beschrieben ist das Tragen einer Gesichtsmaske auch bei der Trainings-beratung Pflicht.

6. **Reinigung/Hygiene**

6.1. Allgemein

- Eine Reinigung des ganzen Centers erfolgt 1 x pro Tag.
- Die stationären Trainingsgeräte werden an allen Stellen, an welchen sie trainingsbedingt be-rührt werden müssen, mindestens einmal täglich viruzid wirksam desinfiziert (Anhang 2).
- Das Personal reinigt während des laufenden Betriebes oft betätigte Türgriffe stündlich.



6.2. Desinfektionsmittel / Hygiene der Hände

- Den Kunden und Mitarbeitenden stehen sowohl am Eingang des Centers als auch auf der Trainingsfläche viruzid wirksame Mittel zur Desinfektion der Hände und auch zur Desinfektion jener Stellen auf den Geräten, die beim Training berührt werden, zur Verfügung.
- In den Sanitärbereichen und Umkleideraumlichkeiten steht den Kunden Flüssigseife zur Verfügung.
- Zur Entsorgung der benutzten Einwegtucher stehen sowohl beim Eingang, auf der Trainingsfläche wie auch in den Sanitärbereichen Eimer zur Verfügung, die vom Putzpersonal geleert werden.

6.3. Toiletten

- Die Toiletten des Unisport Fitnesscenters sind (bis auf die Pissoire der Herren) Einzeltoiletten und abschliessbar.
- Um den Mindestabstand zu gewährleisten, wird ein Pissoir der Herren gesperrt.
- Flüssigseife ist bei Toiletten vorhanden.

6.4. Notfall

- Um auch in Notfällen COVID-19-konform reagieren zu können, sind für die Erst-Helfer beim Notfallkoffer Einweg-Gummihandschuhe vorhanden.

6.5. Unnötige Gegenstände / Utensilien

- Nicht für das Training benötigtes Kleinmaterial, das berührt, angefasst, bewegt und/oder mitgetragen werden kann, ist zu entfernen. Bei solchem Kleinmaterial handelt es sich zum Beispiel um Bleistifte und Radiergummis sowie Broschüren.

7. Mitarbeitende

7.1. Unterweisung / Instruktion

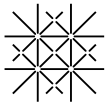
Der Betreiber stellt sicher, dass

- die Mitarbeitenden vor Ort über die relevanten Inhalte dieses Schutzkonzeptes in Kenntnis gesetzt werden;
- für die in Zusammenhang mit dem Betrieb während COVID-19 zusätzlich nötigen Vorkehrungen und Aufgaben schriftliche Handlungsanweisungen vorhanden sind;
- die unter Punkt b) aufgeführten, zusätzlich nötigen Vorkehrungen und Aufgaben vor der Wiedereröffnung im Center besprochen wurden.

7.2. Erkennbarkeit / Ausrüstung und Verhalten

Bezüglich der Mitarbeitenden im Center gilt, dass

- sie als solche für die Kunden erkennbar sind (einheitliche Uniform);
- sie gemäss den Vorgaben des BAG während der gesamten Arbeitszeit eine Schutzmaske tragen;



- sie die Hygieneregeln und die Einhaltung der 1.5-Meter-Distanz besonders genau und für Kunden sichtbar einhalten.

8. Kommunikation des Schutzkonzeptes

8.1. Information der Kunden der Fitness- und Trainingscenter

- Der Unisport informiert vor der Wiederaufnahme des Betriebs ihre Mitglieder über diese und den aufgrund der COVID-Situation spür- und sichtbaren Veränderungen und neuen Regeln im Center.
- Kunden werden im Center mittels folgenden Kommunikationsmitteln des Schutzkonzeptes zuzusatzlich auf die Massnahmen aufmerksam gemacht:
 - Handout mit den Verhaltensregeln (Anhang 3), welches jeder Kunde vor dem ersten Besuch via E-Mail erhält. Zusätzlich wird das Handout auf der Webseite des Fitnesscenters zu finden sein.
 - Aushang zu den allgemeinen Hygiene- und Verhaltensregeln des BAG (Anhang 4)
 - Aushang zur Nutzung und Reinigung der Geräte durch die Mitglieder (Anhang 5)