

## Schutzkonzept Aquapower Oensingen

Nach den heutigen Empfehlungen vom BAG ist trotz Corona ein Training im Wasser wieder möglich, unter etwas anderen Bedingungen, aber trotzdem mit genügend Raum um unbeschwert zu geniessen und sich zu bewegen!

Folgende fünf Grundsätze müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

### 1. *Nur symptomfrei in den Kurs*

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Kursbetrieb teilnehmen. Du bleibst zu Hause, resp. begibst dich in Isolation und klärst mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

### 2. *Abstand halten, 1,5 Meter*

- 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 eineinhalb Meter Abstand nach wie vor einzuhalten.
- Wir trainieren im Moment nur an Ort, kein Laufen kreuz&quer, etc.
- Im Moment ist die Gruppengrösse auf maximal 14 Personen limitiert. Deshalb ist es leider im Moment nicht möglich, spontan Lektionen vor- oder nachzuholen.
- Mit maximal 14 Personen können leider nicht alle teilnehmen. Teilnehmende mit einem aktuellen Jahres- oder Quartals-Abo sind grundsätzlich auf der Teilnehmerliste. Falls du an einer Lektion nicht teilnehmen kannst, bitte mindestens ein bis zwei Tage vorher abmelden, dann kann ich eine andere Person einladen, mitzumachen. Teilnehmende mit einem 10-er Abo sind grundsätzlich auf der Warteliste und werden von mir kontaktiert, wenn es freie Plätze hat.

### *Garderobe/Dusche*

- In der Garderobe sind maximal 7 Personen erlaubt, es hat in beiden Garderoben fünf nicht abgesperrte Bereiche und die beiden Einzelkabinen. Bitte die Zeit so kurz wie möglich halten indem du Haare erst zu Hause wäschst und evtl. Badekleid schon angezogen hast, wenn du kommst.
- Vorläufig stehen beide Garderoben den Frauen zur Verfügung.
- Kleider aufhängen oder sogar in einer Plastiktasche verstaut aufhängen, Bänke immer frei lassen
- Die Männer sind gebeten, die Garderoben nach kurzem Anklopfen und sich bemerkbar machen, zu durchqueren und sich dann in der Lehrgarderobe links vor dem Hallenbad umzuziehen (dabei bitte vorher die Schuhe ausziehen, da der Weg ja durch die Duschen führt)
- In Kurs 2, 3 und 5 jeweils vor Kursende der vorherigen Lektion, also mind. 5 Minuten vor Kursbeginn, schon geduscht im Bad anwesend sein, damit es zu möglichst wenig kreuzen in der Dusche/Garderobe kommt.

### 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, führe ich für sämtliche Kurslektionen Präsenzlisten. Deshalb ist die vorherige Anmeldung/Abmeldung zwingend.

### 5. *Bestimmung Corona-Beauftragte/r des Anbieters*

Sabine Kaser ist die Corona-Beauftragte von Aquapower Oensingen.

Für Fragen unter Tel: 062 396 37 79, 079 656 1504 oder E-Mail: [s.kaser@ggs.ch](mailto:s.kaser@ggs.ch)