

Schutzkonzept für Bewegungsunterricht – gültig ab 13. September

Liebe e-motions Teilnehmer

Der Bundesrat hat die Zertifikatspflicht ausgeweitet. Ab Montag 13. September 2021 gilt im Innern von Restaurants, von Kultur- und Freizeiteinrichtungen wie zum Beispiel Fitness-Center sowie an Veranstaltungen eine Zertifikatspflicht. Bewegungskurse mit Gruppen unter 30 Personen, die sich regelmässig treffen und in beständigen Gruppen trainieren, sind von der Zertifikatspflicht befreit.

[Gültige Massnahmen ab 13. September 21](#)

Für Bewegungsunterricht gilt:

1. Symptomfrei ins Training
2. Gruppengrösse & Distanz
3. Maskenpflicht
4. Einhaltung der Hygieneregeln des BAG
5. Präsenzlisten (Contact Tracing)

1. Symptomfrei ins Training

Trainierende mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause.

2. Gruppengrösse & Distanz

Es gibt keine Beschränkung der Gruppengrössen. Gruppen mit mehr als 30 Personen unterstehen allerdings der Zertifikatspflicht. Es gibt keine Platzvorgaben pro Person. Bei e-motions trainieren wir ausschließlich in Kleingruppen von max. 6-8 Teilnehmern.

3. Maskenpflicht

Für Bewegungskurse gibt es draussen keine Maskenpflicht. Drinnen muss in Räumlichkeiten, in denen die sportlichen Aktivitäten nicht ausgeübt werden (Toiletten, Eingangsbereich) weiterhin eine Maske getragen werden. Für die Leitenden gilt die Maskenpflicht, wenn der Abstand von 1,5 Metern nicht eingehalten werden kann.

4. Einhalten der Hygieneregeln des BAG

Gründlich Hände waschen, vor und nach dem Training. Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Händedesinfektionsmittel steht immer zur Verfügung.

Alle Trainingsutensilien werden nach jeder Stunde gründlich gereinigt und desinfiziert.

Zwischen den Lektionen wird genügend Zeit für die Reinigung eingeplant und der Bewegungsraum wird während mindestens 10 Minuten gelüftet. Auch während den Lektionen trainieren wir mit offenen Fenstern. Türgriffe Eingangsbereich, Bewegungsraum und WC-Anlage werden täglich mehrmals desinfiziert.

5. Präsenzliste führen

Bei Kursen, die drinnen stattfinden, müssen die Kontaktdaten der Teilnehmenden erfasst werden. Ich führe in all meinen Kursen Präsenzlisten.

Balsthal, 12. September 2021