

# COVID 19 PRÄVENTIONSKONZEPT SCHWIMMEN

MAßNAHMEN ZUR MINIMIERUNG DES INFektionsRISIKOS MIT SARS-CoV-2  
BEIM SPORT SCHWIMMEN IM RAHMEN VON VEREINEN DES  
LANDESSCHWIMMVERBANDES WIEN

Version 3.0

Stand: 23. Jänner 2021

## **Inhaltsverzeichnis**

Einleitung.....	1
Organisatorisches.....	2
Auftreten einer SARS-CoV-2-Infektion im Verein.....	5
Anhang .....	7

## **Impressum/Haftungsausschluss**

Dieses Konzept soll das Training der Sparte Schwimmen trotz bestehender Gefahrenlage einer SARS-CoV-2 Infektion ermöglichen und das Infektionsrisiko minimieren. Es berücksichtigt die Trainingsmöglichkeiten im Amalien- und Floridsdorfer Bad.

Die Empfehlungen und Auskünfte wurden nach gewissenhafter Prüfung des mitgeteilten Sachverhalts erstellt. Trotz sorgfältiger Recherche zu den einzelnen Themen können wir angesichts der Ausnahmesituation, der unbeständigen Sachlage, die sich zum Teil täglich ändert, jedoch ausdrücklich keine Gewähr oder Haftung übernehmen.

## Einleitung

**Sport und Bewegung** sind **wichtig** für das **Wohlbefinden** und die **Gesundheit**. Regelmäßige Bewegung **stärkt** die **Immunabwehr**, wodurch auch das **Risiko**, an einer (**viralen**) **Infektion** zu erkranken, **reduziert** wird.

Die **Handlungsempfehlungen** von SPORTAUSTRIA und dem Österreichischen Schwimmverband basieren auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und sollen die Verantwortlichen in Sportvereinen und SportstättenbetreiberInnen bei **der Minimierung des Infektionsrisikos** mit SARS-CoV-2 bei der **Ausübung von Sport** unterstützen. Diese Empfehlungen sind als Grundlage zur Erstellung dieses COVID-19-Präventionskonzeptes Schwimmen herangezogen worden.

**Schwimmen** in Österreich wird landesweit angeboten. In den Leistungszentren Südstadt, Graz und Linz mit dem klaren Fokus auf **Leistungssport**, um dadurch auch internationale Erfolge zu ermöglichen. Das beginnt schon im Volksschulalter mit einer spielerischen Heranführung an Technik und Ausdauer. Ab dem 10. Lebensjahr wird mit Kindern, die die entsprechenden Voraussetzungen mitbringen, zunehmend **professionell trainiert**. Unterstützt wird das Training durch Schulen mit eigenen Klassen für Leistungssport. Das bedeutet im fortgeschrittenen Alter bis zu 12 x pro Woche tägliches Schwimmtraining. Durch diese hohe Professionalität ist es den österreichischen SchwimmerInnen gelungen an mehreren Europa- und Weltmeisterschaften sowie an Olympischen Spielen teil zu nehmen, mit durchaus beachtlichen Erfolgen. **Es gilt dieses hohe Trainings- und Erfolgsniveau auch in Zeiten einer Pandemie zu erhalten!**

## Organisatorisches

### □ **COVID-19-Ansprechperson:**

Heinrich Kames, Fachwart Schwimmen im Wiener Landesschwimmverband (Tel. 0664/544 63 62, Mail: h.kames@wlsv.at).

### □ **Kontakt Daten der örtlich zuständigen Gesundheitsbehörde:**

In Wien ist bei COVID 19 Infektionsverdacht eine Kontaktaufnahme zu den Gesundheitsbehörden ausschließlich über die Tel.Nr. 1450 möglich.

### □ **Zutritt zu den Sportstätten, Einteilung**

Der Zutritt zur Trainingsstätte/Bad ist nur in Gruppen gemäß Einteilung möglich. Die Gruppen und die Zugehörigkeit einzelner SchwimmerInnen zur jeweiligen Gruppe wird dem Betreiber, der MA44, im Voraus bekannt gegeben.

Eine Trainingsgruppe darf die Trainingsstätte bzw. Trainingsbecken erst dann betreten, nachdem die vorherige Gruppe die Trainingsstätte bzw. das Trainingsbecken verlassen hat. Der Zutritt und das Verlassen des Beckens erfolgt im Einbahnsystem.

### □ **Verzeichnis der TrainerInnen und SchwimmerInnen**

Der Zutritt zur Trainingsstätte wird durch die/den zuständige/n TrainerIn dokumentiert, sodass im Falle einer Erkrankung der Kreis der Kontaktpersonen nachvollziehbar ist und diese entsprechend verständigt bzw. der Behörde gemeldet werden können. Aus diesem Grund entfällt an dieser Stelle auch eine schriftliche Auflistung der Zutrittsberechtigten.

### □ **Beginn- und Endzeiten der Trainingseinheiten**

Der jeweiligen Beginn und das Ende der Trainingszeiten im Angang 1 angeführt.

### □ **Handdesinfektionsmittelspender**

Spender befinden sich an den öffentlichen Ein- und Ausgängen des Bades. Die SportlerInnen werden dazu angehalten sowohl beim Betreten, als auch beim Verlassen des Bades auf Händedesinfektion zu achten. Zusätzlich ist im Trockentrainingsbereich ein Spender mit Desinfektionsmittel aufgestellt. Auch da ist auf eine regelmäßige Benutzung zu achten.

□ **Flüssigseife und Einweghandtücher**

Stehen in allen Waschräumen zur Verfügung und sollen mit einer Aufforderung zum regelmäßigen Händewaschen versehen sein.

□ **Abstandsregelung**

Während des gesamten Trainings (sowohl Trocken- als auch Wassertraining) ist auf einen Abstand von mindestens einem Meter zu achten, Körperkontakt ist zu vermeiden.

□ **Mund-Nasen-Schutzmasken (MNS)**

Ein MNS in Form einer FFP2-Maske ist verpflichtend in allen Räumen außerhalb der Duschen und Schwimmhallenbereich zu tragen. Kinder unter 6 Jahren sind nicht verpflichtet einen MNS zu tragen. Eine Aufforderung zum Tragen eines MNS in geschlossenen Räumen ist an allen Eingängen der Sportstätte ausgehängt. Alle SportlerInnen und TrainerInnen halten sich an die Vorgaben der Betriebsleitung des Bades.

□ **Die Informationen der SportlerInnen (bzw. bei Minderjährigen an die Erziehungsberechtigten) und Trainerinnen erfolgt über die Vereine per Mail und beinhaltet:**

- ✓ **Kontaktdaten des/der COVID-19-Ansprechperson**
- ✓ **Gesundheitscheckliste (Anhang 2)**
- ✓ **Anleitung richtiges Händewaschen**
- ✓ **Anleitung richtige Handdesinfektion**
- ✓ **Anleitung richtige Husten- und Niesetikette**
- ✓ **Verhaltensregeln auf der Sportstätte**

□ **Verhaltensregeln auf der Sportstädte**

- wer sich **krank fühlt bzw. Symptome** (siehe Gesundheitscheckliste) aufweist, darf die **Sportstätte nicht betreten bzw. bleibt zu Hause**
- wer in den **letzten 10 Tagen Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2-Fall** hatte, darf die **Sportstätte nicht betreten bzw. bleibt zu Hause**
- **eigene** beschriftete und befüllte **Trinkflasche sowie Handtuch** mitbringen

- wenn möglich, **bereits umgezogen zum Training** erscheinen und **nach dem Training zu Hause duschen**
- **Mindestabstand 2 Meter**, kein Körperkontakt
- **Anhäufungen von Personen im Schwimmbecken und am Beckenende**  
Einhaltung des Mindestabstands im Schwimmbecken – je Person ist eine Fläche im Becken von 6 qm vorgesehen. Anhäufungen am Beckenende, in der Regel zur Kontaktaufnahme mit dem Trainer, sind aufgrund der Abstandsregeln zu vermeiden!
- **Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes (FFP2 Maske) in geschlossenen Räumen** (Ausnahmen: die eigentliche Sportausübung der Sportart Schwimmen in der Schwimmhalle und in den Duschen)
- im Trockentrainingsbereich liegt ein **kontaktloses Fieberthermometer** auf, Stichprobenartige Messungen werden von den Vereinen durchgeführt
- nach dem Betreten bzw. vor dem Verlassen der Sportstätte entweder **Hände waschen** oder **Hände desinfizieren**
- **In den Garderoben** ist ebenfalls der Mindestabstand einzuhalten. Bei den Garderobekästchen ist immer zumindest eines frei zu lassen, erst das übernächste kann benutzt werden.
- **In Garderobenräumen** ist bei der maximalen Belegung auf die Mindestabstände zu achten. Größere Gruppen müssen die Garderobe in aufgeteilten kleinen Gruppen nacheinander benutzen. Bei den Kleiderhaken / Aufhängungsmöglichkeiten ist mindestens eines frei zu halten. Ist die Anzahl der Benutzer größer, so sind die Kleidungsstücke in den Taschen / Rucksäcken zu verstauen, mit in die Schwimmhalle zu nehmen und dort im entsprechenden Abstand voneinander abzulegen.

#### □ **Aufgabe der TrainerInnen**

- vor jeder Trainingseinheit **alle TeilnehmerInnen** (SportlerInnen, BetreuerInnen, TrainerInnen etc.) in eine **TeilnehmerInnenliste**

eintragen und die Listen mind. **28 Tage aufbewahren** (kann auch elektronisch erfolgen)

- einmal wöchentlich muss jede/r Aktive einen Covid-19 Test vorzeigen, der nicht älter als 48 Stunden sein darf
- ohne aktuellen Covid-19 Test ist eine Trainingsteilnahme untersagt
- vor jeder Trainingseinheit **erläutert der/die TrainerIn den SportlerInnen die Verhaltensregeln auf der Sportstätte**
- während der Trainingseinheit **überwacht der/die TrainerIn die Einhaltung der Verhaltensregeln**
- **bei Nichtbefolgung der Verhaltensregeln schließt der/die TrainerIn den/die SportlerIn von der Sportausübung aus**

## Regelmäßige Testung der Sportler und Trainer

- Einmal pro Woche** wird jeder/jede aktive Sportler/in und jeder/jede Trainer/in mit einem **SARS-CoV 2-Ag Schnelltest** getestet. Jeder Verein ist für die Kontrolle der Testdurchführung seiner Mitglieder verantwortlich.
- Im **Anlassfall**, daher bei Erkrankungsverdacht oder Kontaktperson K1, muss ebenfalls ein **Ag Schnelltest** durchgeführt werden. Bis zum Vorliegen eines negativen Ergebnisses ist der/die Sportler/in vom Training ausgeschlossen.

## Auftreten einer SARS-CoV-2-Infektion im Verein

- COVID-19-Ansprechperson** des Vereins **informiert** die örtlich zuständige **Gesundheitsbehörde**
- Weitere Schritte** werden von der örtlich zuständigen **Gesundheitsbehörde verfügt**
- Testungen** und ähnliche Maßnahmen **erfolgen** auf **Anweisung der Gesundheitsbehörde**
- Die Vereine unterstützen** die Umsetzung der Maßnahmen
- Die Dokumentation erfolgt durch die COVID-19-Ansprechperson** des Vereins, welche Personen Kontakt zur betroffenen Person hatten sowie Art des Kontaktes, anhand der **TeilnehmerInnenlisten**

- Bei Bestätigung eines **Erkrankungsfalls** erfolgen **weitere Maßnahmen** (z.B. Desinfektion der Sportstätte) auf Anweisung der **Gesundheitsbehörde**
- Bei Bestätigung eines **Erkrankungsfalls** sind die SchwimmerInnen aller Vereine im betroffenen Trainingsblock für 10 darauffolgenden Tage vom Training im jeweiligen Bad ausgeschlossen.



## Anhang

### Anhang 1: Beginn- und Endzeit der Trainingseinheiten

Die derzeitigen Trainingszeiten im Amalien- und Floridadorfer Bad sind wie in folgt:

**Vormittagstraining:** Wassertraining von Montag bis Freitag 06:30 - 10:30 Uhr.

**Tagestraining:** Wassertraining von Montag bis Samstag 15:00 – 20:30 Uhr.

**Samstag:** Wassertraining von 08:00 - 17:00 Uhr.

**Sonntag:** Wassertraining von 12:00 – 15:00 Uhr.

## Anhang 2: Gesundheitscheckliste

Der Trainer bzw. die Aufsichtsperson hat VOR dem jeweiligen Trainingsbeginn einen Gesundheitscheck bei den Athleten durchzuführen. Dieser muss folgende Abfrage beinhalten:

- Hast du Fieber?
- Fühlst du dich müde und erschöpft?
- Hast du Husten?
- Niest du häufiger?
- Hast du Gliederschmerzen?
- Hast du Schnupfen?
- Hast du Halsschmerzen?
- Hast du Kopfschmerzen?
- Leidest du unter Übelkeit oder musstest du kürzlich Erbrechen?
- Hast du Durchfall?
- Leidest du unter Kurzatmigkeit?
- Hast du Brustschmerzen beim Atmen?
- Hattest du innerhalb der letzten 14 Tage Kontakt zu einem Coronavirus-Erkrankten?

Weiters ist VOR jeder Trainingseinheit die Körpertemperatur der Athleten zu messen und in das Online-Formular „Anwesenheitsdokumentation“ einzutragen.

Wird eine der unter Punkt 2. gestellten Fragen mit JA beantwortet, darf der Athlet nicht am Training teilnehmen.

Bei weiterem Auftreten von Symptomen (siehe unten) bzw. weiteren Symptomen ist ein Antigen-Schnelltest oder PCR-Test durchzuführen. Nur bei einem negativen Testergebnis darf das Training wieder aufgenommen werden.

Wer in den letzten 10 Tagen Kontakt zu einem bestätigten SARS-CoV-2-Fall hatte, darf nicht am Training teilnehmen.

**Auflistung der häufigsten Symptome einer COVID-19 Erkrankung:**

<b>Häufigste Symptome</b>	<b>Seltenere Symptome</b>	<b>Schwere Symptome</b>
Fieber	Gliederschmerzen	Atembeschwerden oder Kurzatmigkeit
Trockener Husten	Halsschmerzen	Schmerzen oder Druckgefühl im Brustbereich
Müdigkeit	Durchfall	Verlust der Sprach- oder Bewegungsfähigkeit
	Bindehautentzündung	
	Kopfschmerzen	
	Verlust des Geschmacks- oder Geruchssinns	
	Verfärbung an Fingern oder Zehen oder Hautausschlag	