



Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband
Fédération Suisse des Centres Fitness et de Santé
Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute
Schutzkonzept SFGV

Schutzkonzept für die Fitnessbranche unter COVID-19

Version vom 13. September 2021

In unserem Betrieb ist folgende Person für die Einhaltung der Bestimmungen des Schutzkonzeptes verantwortlich:

Dieses Schutzkonzept enthält die Rahmenvorgaben für den sicheren Betrieb von Fitness- und Trainingscentern unter Covid-19.

Die beiden folgenden Verordnungen sind relevant für die Fitness- und Trainingscenter:

1. Verordnung über Massnahmen in der besonderen Lage zur Bekämpfung der Covid-19-Epidemie (Covid-19-Verordnung besondere Lage):
2. Verordnung 3 über Massnahmen zur Bekämpfung des Coronavirus (Covid-19) (Covid-19-Verordnung 3)

Die Verordnungen sind unter dem folgenden Link einsehbar:

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov/massnahmen-des-bundes.html>

Mit Beschluss vom 8. September 2021 hat der Bundesrat Änderungen an der Verordnung vorgenommen, die in diesem Schutzkonzept mitberücksichtigt wurden und in roter Schrift gehalten sind.

Inhaltsverzeichnis

Seite

1. ZIEL DIESER MASSNAHMEN.....	3
2. ZUORDNUNG WIRTSCHAFTSBEREICH	3
3. SCHUTZMASSNAHMEN	4
4. ZERTIFIKATSPFLICHT	4
5. ZUGANG KONTROLLE DER ZERTIFIKATSPFLICHT.....	5
6. RÜCKFRAGEN DER KANTONALEN KONTROLLORGANE	5
7. GRUNDREGELN.....	5
8. DISTANZ HALTEN/KONTAKTE	6
RAUMTEILUNG.....	6
KUNDENKONTAKT MIT UNVERMEIDBARER DISTANZ UNTER 1,5 M	6
9. HÄNDEHYGIENE	6
10. REINIGUNG	7
LÜFTEN	7
OBERFLÄCHEN UND GEGENSTÄNDE	7
11. MASKENTRAGPFLICHT.....	7
12. KONTAKTDATEN.....	7
13. GESUNDHEITZUSTAND.....	7
14. INFORMATION	7
INFORMATION DER KUNDSCHAFT	7
INFORMATION DER MITARBEITENDEN.....	8
15. MANAGEMENT.....	8

1. Ziel dieser Massnahmen

Das Ziel der Massnahmen ist es, die Kunden vor einer Ansteckung durch das neue Coronavirus zu schützen. Die konsequente Umsetzung dieses Schutzkonzeptes trägt massgeblich dazu bei.

2. Zuordnung Wirtschaftsbereich

Die Gesundheits- und Fitnesscenter erfüllen eine wichtige volkswirtschaftliche Aufgabe im Bereich der Gesundheitsförderung. Das gezielte Kraft- und Ausdauertraining stärkt das Immunsystem sowie die physische und psychische Gesundheit. Unsere Branche ist den Wirtschaftsbereichen wie Verkaufslokale, Kultureinrichtungen, Gastronomie, Hotels, Gesundheitseinrichtungen zugeordnet. (Gemäss Ziffer 9 der FAQ-Massnahmen vom 28.10.2020 ist erläutert, welche Unternehmungen unter öffentliche Einrichtungen fallen. Die Fitness- und Gesundheitscenter sind dort zugeordnet, obwohl der Zugang durch eine Mitgliedschaft beschränkt ist.)

Unsere Branche weist eine dreijährige Berufslehre Fachmann/Fachfrau Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidgenössischem Fähigkeitszeugnis sowie 2 eidgenössische Abschlüsse im Bereich der höheren Berufsbildung mit eidgenössischem Fachausweis und Diplom aus.

Ein gesundheitsorientiertes Kraft- und Ausdauertraining ist sehr wichtig ist für die Volksgesundheit

Ein gut funktionierendes, unspezifisches Immunsystem schützt den Menschen. Dazu trägt Muskeltraining sehr viel bei.

Ganz allgemein stellte NEUMANN bereits 1994 fest, dass inaktive Personen ein höheres Erkrankungsrisiko haben als Personen die regelmässig ein gesundheitsorientiertes Training absolvieren. Begründet wird dies damit, dass die **Sofortreaktion** des Immunsystems durch den Trainingsreiz stimuliert und somit auch trainiert wird. In Ruhebedingung zirkulieren ca. 50% der Leukozyten im Blut. Die anderen 50% haften an den Gefässwänden oder sitzen in den lymphatischen Organen. Die Sofortreaktion beschreibt die Mobilisierung aller Leukozyten. Nach wenigen Minuten zirkulieren diese alle im Blutstrom und bieten während der körperlichen Belastung einen entsprechenden Immunschutz. Aber auch nach Ende der Belastung sind die Leukozyten immer noch deutlich höher als der Ruhewert. So konnte z.B. der 9-fache Wert der natürlichen Killerzellen 90 min nach Belastungsende gemessen werden.

Die Professorin BENTE KLARLAND PETERSEN beschrieb 2007, dass muskuläre Botenstoffe, sogenannte Myokine die Muskelzelle verlassen können und zu Organen wandern, um dort in vielfältiger und gesunder Weise zu wirken. Eines der ersten Myokine, die entdeckt wurden ist das Interleukin-6 (IL6), welches das Immunsystem stärkt, indem es für die Vermehrung der natürlichen Killerzellen sorgt. Je intensiver die muskuläre Arbeit, desto höher die Produktion von IL-6. Nach einem Krafttraining konnten dabei höhere IL-6 Werte gemessen werden, als nach einem Ausdauertraining. **Muskeltraining trägt demnach vor allem dazu bei, unsere unspezifische Immunabwehr zu verbessern.**

Der sogenannte «gesunde Lebensstil» d.h. nicht Rauchen, ausreichend Schlaf, positiver Umgang mit Stress und ein gesundheitsorientiertes Kraft- und Ausdauertraining sorgen dafür, dass unser Immunsystem dauerhaft gut funktioniert. Dies ist ein langfristiger und lebensbegleitender Prozess!

3. Schutzmassnahmen

Schutzmassnahmen zielen darauf ab, die Übertragung des Virus zu verhindern. Bei den Massnahmen sind der Stand von Technik, Arbeitsmedizin und Hygiene sowie sonstige gesicherte arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse zu berücksichtigen. Das Schutzziel im Fitnesscenter ist die Reduktion einer Übertragung des neuen Coronavirus durch Distanzhaltung, Sauberkeit, Reinigung von Oberflächen und Händehygiene. Alle Vorschriften und Schutzmassnahmen in diesem Schutzkonzept erfolgen gestützt auf die Vorgaben der Verordnung Covid-19 sowie den zusätzlich erlassenen Einschränkungen des BAG.

4. Zertifikatspflicht

Gemäss Art. 13, Absatz 2 müssen Betriebe bei Personen ab 16 Jahren den Zugang auf Personen mit einem Covid-Zertifikat eingeschränkt.

Ausnahme von der Zertifikatspflicht

Art. 14a Abs. 1 Covid-19-Verordnung besondere Lage vom 8.9.2021

Sofern die Voraussetzungen von Abs. 1 erfüllt sind, muss kein Zertifikat vorgelegt werden:

- Es dürfen im Center maximal 30 Personen anwesend sein (lit. a).
- Die beständige Gruppe besteht aus den Kunden des Centers, welche dem Center als Organisator bekannt ist (lit. b). Nur diese Kunden wird der Zugang gemäss Abs. 1 zum Center erlaubt.
- Das Center ist nur zu maximal zwei Dritteln der Gesamtkapazität gefüllt (lit. c)

In der Regel haben die Kundinnen und Kunden ihre festen Trainingszeiten/ Trainingstage. Die einen kommen immer früh am Morgen, die anderen in der Mittagspause, etc. Auch wenn die Kunden die Möglichkeit haben, sich ihre Trainingszeiten frei einzuteilen, macht dies niemand oder es kommt nur in Ausnahmen vor. Deshalb ist die Gruppe auf der Trainingsfläche auch „beständig“.

Wenn das Center also belegen kann, dass zur gleichen Zeit immer die gleichen Leute da sind und es nicht mehr als 30 Personen sind, gilt dies auch als beständige Gruppe.

Bei Neukunden muss ein Covid-19-Zertifikat verlangt werden.

Es muss eine wirksame Lüftung vorhanden sein und die Kapazität des Raumes darf höchstens zu zwei Drittel besetzt sein.

5. Zugang / Kontrolle der Zertifikatspflicht

Es liegt in der Verantwortung des Unternehmens, durch eine periodisch Überprüfung die Gültigkeit des (integrierten) Zertifikates zu prüfen (namentlich auf einen allfälligen Widerruf hin). Erläuterungen zur Covid-19-Verordnung Art. 13, Absatz 1.

Es ist dem Unternehmen überlassen wie die Kontrolle im Betrieb durchgeführt werden. Dies kann in digitaler Form oder in Papierform geschehen.

Die Zugangskontrolle muss anhand eines geeigneten Identitätsnachweises mit Foto erfolgen. Eine Hinterlegung des Zertifikats gerade für geimpfte bzw. genesene Personen bei Einrichtungen, die personalisierte Abonnements ausstellen, ist grundsätzlich zulässig. Wenn die Daten aufbewahrt werden müssen über die Datenerhebung orientiert werden. Die Daten dürfen zu keinem anderen Zweck bearbeitet werden. Die Daten werden in der Software des Betreibers so lange gespeichert, wie die Zertifikatspflicht gilt. Anschliessend müssen die Daten gelöscht werden.

In unbetreuten Öffnungszeiten muss der Betrieb garantieren können, dass nur berechtigte Kunden der Zugang gewährleistet wird.

6. Verantwortlichkeiten

Die Betreiber von Fitnesscenter sind für die Erfüllung der Vorgaben und deren Einhaltung verantwortlich. Weder Bund noch Kantone validieren oder genehmigen Schutzkonzepte. Die Einhaltung der Schutzkonzepte wird von den Kantonen überwacht. Bei Problemen verweisen Sie die Kontrollorgane an die Geschäftsstelle des SFGV. Dieses Schutzkonzept wurde vom BAG am 21. April 2021 plausibilisiert.

7. Rückfragen der kantonalen Kontrollorgane

Die Geschäftsstelle des Schweizerischen Fitness- und Gesundheitscenterverbandes SFGV steht für Rückfragen der kantonalen Kontrollorgane zur Verfügung. Sie beantwortet gerne Fragen zur Auslegung des Schutzkonzeptes in Detailfragen. Sie erreichen die Geschäftsstelle wie folgt:

Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenterverband SFGV, Geschäftsstelle, 3000 Bern, Frau Corinne Rösch oder Frau Elisabeth Stäheli, Telefon 0848 893 802 oder info@sfgv.ch

8. Grundregeln

Das Schutzkonzept des Unternehmens muss sicherstellen, dass die folgenden Vorgaben eingehalten werden. Für jede dieser Vorgaben müssen ausreichende und angemessene Massnahmen vorgesehen werden. Der Betriebsverantwortliche ist für die Auswahl und Umsetzung dieser Massnahmen verantwortlich.

1. Mitarbeitende und Kunden halten mindestens 1,5 m Abstand zueinander.

2. Alle Personen im Fitnesscenter reinigen sich regelmässig die Hände.
3. Hände weg vom Gesicht; Mund, Nase oder Augen nicht berühren.
4. Immer ein Papiertaschentuch verwenden oder in die Armbeuge husten und niesen.
5. Einweg-Taschentücher verwenden und nach Gebrauch in geschlossenen Abfalleimern entsorgen.
6. Bedarfsgerechte regelmässige Reinigung von Oberflächen und Geräten nach Gebrauch
7. Händeschütteln vermeiden.
8. Erfassung der Kontaktdaten der Kunden
9. Information der Mitarbeitenden und anderen betroffenen Personen über die Vorgaben und Massnahmen
10. Umsetzung der Vorgaben im Management, um die Schutzmassnahmen effizient umzusetzen und anzupassen

9. Distanz halten/Kontakte

Mitarbeitende und Kunden halten mindestens 1,5 m Abstand zueinander.

- Können aufgrund der Art der Aktivität, wegen örtlicher Gegebenheiten oder aus betrieblichen oder wirtschaftlichen Gründen während einer bestimmten Dauer weder der erforderliche Abstand eingehalten noch Schutzmassnahmen ergriffen werden, so muss die Erhebung von Kontaktdaten der anwesenden Personen vorgesehen werden.

Raumteilung

Beispiele für Massnahmen:

- Einhaltung einer Distanz von 1,5 m oder Aufstellen von Paravents oder Trennscheiben zwischen den Geräten. Die Trennvorrichtungen müssen über Kopfhöhe und auf der ganzen Länge des Gerätes angebracht werden.

Kundenkontakt mit unvermeidbarer Distanz unter 1,5 m

Personen sollen während des Besuches im Fitnesscenter durch Verkürzung der Kontaktdauer und/oder Durchführung angemessener Schutzmassnahmen möglichst minimal exponiert sein.

- Mitarbeitende sollen sich vor und nach jedem Kundenkontakt die Hände mit Wasser und Seife waschen oder mit einem Händedesinfektionsmittel desinfizieren.
- unnötigen Körperkontakt vermeiden (z. B. Händeschütteln)
- Es müssen Präsenzlisten (Kontaktlisten) geführt werden.

10. Händehygiene

Alle Personen im Fitnesscenter reinigen sich regelmässig die Hände.

Massnahmen:

- Alle Personen im Unternehmen sollen sich regelmässig die Hände mit Wasser und Seife waschen können. Dies kann in den Garderoben und Toilettenanlagen erfolgen.

- Aufstellen von Händehygienestationen: Die Kundschaft soll sich bei Betreten des Fitnesscenters die Hände mit Wasser und Seife waschen oder mit einem Händedesinfektionsmittel desinfizieren können.

11. Reinigung

Bedarfsgerechte, regelmässige Reinigung von Oberflächen und Geräten durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Fitnesscenters. Kunden können nach eigenem Wunsch vor Benützung des Gerätes eine Reinigung vornehmen und werden durch Hinweise entsprechend informiert.

Lüften

Massnahmen:

- für einen regelmässigen und ausreichenden Luftaustausch in den Trainingsräumen sorgen (z.B. je Stunde für ca. 10 Minuten lüften)
- Frischluftzufuhr maximieren

Oberflächen und Gegenstände

Massnahmen:

- Oberflächen Geräte regelmässig mit einem handelsüblichen Reinigungsmittel reinigen

12. Maskentragpflicht

Die Maskenpflicht in Innenräumen sind aufgehoben

13. Kontaktdaten

Die Kontaktdaten müssen zwecks Identifizierung und Benachrichtigung ansteckungsverdächtiger Personen nach Art. 33 EpG der zuständigen kantonalen Stelle auf deren Anfrage hin unverzüglich in elektronischer Form weitergeleitet werden. **Es sind also zwingend von allen Kunden die Trainingszeiten zu erfassen, damit die Kontaktdaten vorhanden sind.**

14. Gesundheitszustand

Personen mit Krankheitssymptomen bleiben zu Hause, lassen sich testen und erscheinen erst zum Training, wenn sie wieder gesund sind.

15. Information

Information der Mitarbeitenden und weiteren betroffenen Personen über die Richtlinien und Massnahmen

Information der Kundschaft

Massnahmen:

- Aushang der Schutzmassnahmen gemäss BAG bei jedem Eingang

- Information der Kundschaft, dass kranke Kundschaft die Anweisungen zur Isolation gemäss BAG befolgen soll

Information der Mitarbeitenden

Massnahmen:

- Information der besonders gefährdeten Mitarbeitenden über ihre Rechte und Schutzmassnahmen.

16. Mitarbeiter / Personal

Vollständig geimpfte oder genesene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter müssen keine Masken mehr tragen. Ungeimpfte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter müssen immer eine Maske tragen.

Der Arbeitgeber darf geimpfte und ungeimpfte Arbeitnehmer nicht diskriminieren. Allgemein gilt: Arbeitgeber dürfen das Zertifikat nur dann verpflichtend machen, wenn dies der Festlegung angemessener Schutzmassnahmen oder der Umsetzung des Testkonzepts dient. Dies kann, muss aber nicht der Fall sein, wenn sich Arbeitnehmende in engen Verhältnissen in Innenräumen aufhalten.

17. Management

Umsetzung von Massnahmen im Management, um die Schutzmassnahmen effizient umzusetzen und anzupassen.

- Seifenspender und Einweghandtücher regelmässig nachfüllen und auf genügenden Vorrat achten
- Desinfektionsmittel (für Hände), sowie Reinigungsmittel (für Gegenstände und/oder Oberflächen) regelmässig kontrollieren und nachfüllen

Bund lockert Massnahmen gegen das Coronavirus

23.06.2021

Ab 26. Juni gilt neu:



Discos und Tanzlokale geöffnet



Wasserparks geöffnet



Homeoffice empfohlen statt Pflicht



Covid-Zertifikat

Obligatorisch: Discos, Tanzlokale und Grossveranstaltungen
Freiwillig: kleinere Veranstaltungen, Sport-, Kultur- und Freizeitbetriebe, Restaurants



Veranstaltungen



Mit Zertifikat
Keine Einschränkung



Ohne Zertifikat, mit Sitzpflicht
Maximal 1000 Personen



Ohne Zertifikat, ohne Sitzpflicht
Draussen: maximal 500 Personen
Dinnen: maximal 250 Personen



Maskenpflicht



Draussen aufgehoben



Am Arbeitsplatz gelockert
(Arbeitgeber entscheidet)



An Mittelschulen und Berufsschulen gelockert
(Kantone entscheiden)



Restaurants

Draussen: keine Einschränkung
Dinnen: Kontaktdaten einer Person pro Gruppe



Sport und Kultur

Draussen: keine Einschränkung
Dinnen: Kontaktdaten
Chorauftritte auch drinnen erlaubt

Weiterhin gilt:



Maskenpflicht im Innern:
Restaurants, Detailhandel,
ÖV und Veranstaltungen
ohne Covid-Zertifikat



Private Treffen mit
maximal 30 Personen
(draussen: 50)



Empfehlung: Lassen
Sie sich impfen!