



## Schutzkonzept 2.6. vom 31.10.2020

Ersetzt Schutzkonzept 2.5. vom 31.10.2020, ersetzt Schutzkonzept 2.4. vom 19.10.2020, ersetzt Schutzkonzept 2.3. vom 12.10.2020, ersetzt Schutzkonzept Version 2.2. vom 15.07.2020, ersetzt das Schutzkonzept 2.1. vom 30.05.2020.

Wir appellieren an deine Eigenverantwortung.  
Nur, wenn sich alle an die Regeln halten, kann der Club geöffnet bleiben.

Wer sich krank fühlt, bleibt zuhause und begibt sich in die (Selbst-)Isolation gemäss Richtlinien des BAG.

Wer sich nicht an die Richtlinien hält, verliert die Mitgliedschaft und alle Zutritte ohne Recht auf Rückvergütung der bereits geleisteten Beiträge.

Wir müssen so streng sein, weil der Fortbestand des Clubs an der Einhaltung hängt.

## I. Grundregeln

- a. Ab dem 31.10.2020 gilt eine allgemeine Maskenpflicht, siehe hierzu Punkt 3. dieses Schutzkonzeptes.
- b. Ab dem 02.11.2020 gilt ein spezielles Online- und Vorort-Konzept, Einzelheiten auf unserer Homepage.
- c. Ab dem 19.10.2020 gilt in den Korridoren, dem Eingang, den Garderoben, dem Wartebereich vor dem Aerobikraum und auch in der Velogarderobe Maskenpflicht. Wir haben in den Garderoben Beutel für den Transport und die Entsorgung der Masken deponiert.
- d. Alle Personen reinigen sich gründlich und regelmässig vor, während und nach dem Training die Hände.
- e. Versucht die 2 Meter Abstandsregel einzuhalten.
- f. Jeder benutzt für den Eintritt seinen eigenen Badge, damit wir das Contact Tracing lückenlos dokumentiert haben.
- g. Bei Krankheit, Erkältung, Unwohlsein und auch nur bei leichtesten Symptomen auf keinen Fall den Fitnessclub CS Bern (folgend Club) besuchen. Bei Kontrollgängen werden wir darauf bestehen, dass Kranke, Erkältete den Club unverzüglich verlassen. Wer sich krank fühlt, begibt sich in die (Selbst-)Isolation gemäss Richtlinien BAG.
- h. Bitte informiere dich über aktuelle Vorkehrungen auf unsere Homepage [www.csbfitness.ch](http://www.csbfitness.ch) und beachte unsere Aushänge.
- i. Kein Händeschütteln.
- j. In Taschentuch oder Armbeuge Husten und Niesen.
- k. Nicht ins Gesicht fassen.
- l. Ohne deine Mitwirkung, deine Eigenverantwortung funktioniert es nicht. Es ist sehr wichtig, dass du dich an alle Vorgaben hältst, sonst müssen wir den Club wieder schliessen.

## II. Verstösse

Wer gegen das Schutzkonzept und die weiteren Richtlinien (interne wie externe, z.B. von Behörden) verstösst, gefährdet das Weiterbestehen des Clubs, deshalb führen Zuwiderhandlungen zum direkten Ausschluss aus dem Verein und zur direkten Sperre des Badges ohne jeglichen Anspruch auf Rückerstattung von bereits bezahlten Beiträgen.

## III. Maskenpflicht

Es gilt eine allgemeine Maskenpflicht. Da wir genügend Platz haben bei unseren Kontingenten, kann die Maske im Training ausgezogen werden.

Dazu liegen Plastikbeutel bereit, die gebraucht werden können, um die Maske aufzubewahren. Bitte nutzt diese Möglichkeit, denn was in diesen Masken ist, möchten wir sehr gerne sicher im Plastikbeutel wissen.

Wenn im Training aber der Platz gewechselt wird, von einem Ort zum andern gegangen wird, dann muss die Maske wieder angezogen werden.

Trainierst du also an Gerät 1 und gehst dann zu Gerät 2 musst du die Maske anziehen. Gleiches gilt in den Kursen. Gehst du von Station 1 zu Station 2 musst du die Maske anziehen. Gehst du zu deinem Getränk, dann muss die Maske angezogen werden usw.

## IV. Anreise

Leider wurde das Parking vor dem Fitnessclub vom Vermieter wieder geschlossen. Deshalb gelten wieder die Öffnungszeiten auf der Homepage, siehe <https://csbfitness.ch/> ganz unten.

## V. Handhygiene

Alle Personen waschen sich die Hände vor, während und nach dem Training. Dazu findest du in den Umkleiden Lavabos und Seife. Zusätzlich haben wir ein Lavabo im 1 UG, Treppe runter auf der rechten Seite, falls die Lavabos in den Garderoben besetzt sind.

Versuche auch hier den Mindestabstand von 2 Metern einzuhalten.

## VI. Contact Tracing

Da alle Eingänge nur mit Badge geöffnet werden können, ist ein Contact Tracing jederzeit möglich. Zusätzlich ist ein Eintrag ins Anmeldetool (Zutritte sind beschränkt und auf Timeslot reduziert) ab 02.11.2020 obligatorisch.

Dabei gilt der Grundsatz:

**IMMER PERSÖNLICH EINBADGEN UND EINTRAG IM TOOL! Kein Badge, kein Zutritt. Kein Eintrag im Tool, kein Training.**

Jeder, der in die Räumlichkeiten geht, muss zwingend den Badge an das Lesegerät halten. Auch, wenn gemeinsam eingetreten wird, muss jeder den Badge ans Lesegerät halten.

Im Group Fitness und für den Kraftraum muss man sich zwingend zusätzlich zum Badgen in unserer Kurs-App anmelden. Ohne Anmeldung gibt es keine Teilnahme.

Anmeldung über unsere Homepage oder über unsere Apps:

[www.csbfitness.ch/kurse](http://www.csbfitness.ch/kurse)

[Android App](#) (Name: CSB Fitness, kreiert von newcom solution AG)

[Apple App](#) (Name: CSB Fitness, kreiert von newcom solution AG)

Der Vorteil bei den Apps ist, dass du dich da auch direkt wieder abmelden kannst, falls etwas dazwischen kommt. Auf der HP ist dies leider nicht möglich, da musst du dich beim Coach abmelden.

Beim Kraftraum müssen wir Timeslots setzen und diese dürfen nicht aneinandergrenzen. Wenn Kurse stattfinden, muss der Kraftraum zu sein. Da wir die Maximalzahl nicht nur im, sondern auch vor und um den Kraftraum nicht überschreiten dürfen!

## VII. Anfassen von Oberflächen und Objekten vermeiden

Nur die Objekte, Geräte, Utensilien anfassen, die du fürs Training brauchst.

## VIII. Distanz halten

- a. Halte immer die 2 Meter Distanz ein!
- b. Der Boden bei den Geräten ist mittels Markierungen in Zonen eingeteilt, die nummeriert sind. Wie trainiert werden darf, entnimmst du bitte dem Anhang I.
- c. Der Abstand beim Milon-Zirkel ist einzuhalten. Immer ein Gerät frei lassen.
- d. Die erlaubte Anzahl Mitglieder, die gleichzeitig im, um und vor dem Kraftraum sind, ist auf 12 beschränkt.
- e. Die Garderoben, Duschen und Toiletten sind offen, es besteht Maskenpflicht.
- f. Für Wertsachen haben wir im Kraftraum abschliessbare Fächer.

## IX. Reinigung

- a. Die Geräte sind ausschliesslich mit Tüchlein zu benutzen.
- b. Die Cardiogeräte sind nach Gebrauch zu desinfizieren.
- c. Der Kraftraum und die Group Fitness Räume werden gereinigt.
- d. Alltagsgegenstände werden mehrmals täglich desinfiziert.
- e. Die WC-Anlagen werden bis 2x pro Tag gereinigt.
- f. Es ist stets Flüssigseife vorhanden.
- g. Auf den Toiletten haben wir Einweg-Trocknungspapier, die in den dazu zur Verfügung gestellten Abfalleimer zu entsorgen sind.
- h. Die Abfalleimer werden geleert, bevor sie randvoll sind.
- i. Abfall
  - i. Die Abfalleimer wurden ersetzt. Neu sind diese nicht mehr offen, sondern verschliessen sich selbständig.

- ii. Im Umgang mit Abfall sind Handschuhe zu tragen.
- iii. Die Abfalleimer werden regelmässig geleert.
- iv. Abfallsäcke dürfen nicht zusammengedrückt werden.
- v. Je weniger Abfall du hinterlässt, desto sicherer ist auch der Club.

j. Berufswäsche

- i. Berufswäsche muss sauber gehalten werden.
- ii. Es ist persönliche Arbeitskleidung zu verwenden.
- iii. Die Arbeitskleidung ist täglich zu wechseln.
- iv. Die Arbeitskleidung ist regelmässig mit handelsüblichem Waschmittel zu waschen.

k. Lüften

Die Räume werden gemäss den Minergievorgaben täglich belüftet.

## X. Trainingsmodalitäten

- a. Das Training ist, wie immer, nur mit einem sauberen Tüchlein erlaubt.
- b. Bitte trainiere zügig und gib die Geräte schnell frei, damit alle ihr Training durchziehen können.
- c. Unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen, die Statuten und das Reglement gelten auch in diesen Zeiten und sind unbedingt zu beachten.
- d. Trainingsberatung und -Einweisungen sind möglich. Einzelheiten und Anmeldung findest du auf unserer Homepage.

## XI. Mitarbeiter

- a. Unsere Mitarbeiter sind über alle getroffenen Massnahmen instruiert, halten diese ein, achten darauf, dass sie von andern eingehalten werden und können diese auch entsprechend kommunizieren.

- b. Sie arbeiten nur, wenn sie Gewähr dafür bieten alle Massnahmen einzuhalten.
- c. Sie wurden im Vorfeld vom Vorstand detailliert über alle Schutzmassnahmen orientiert.

## xii. Besonders gefährdete Personen

Mitglieder, die zu den besonders gefährdeten Personen zählen, bitten wir die Vorgaben und Empfehlungen der Behörden zu befolgen.

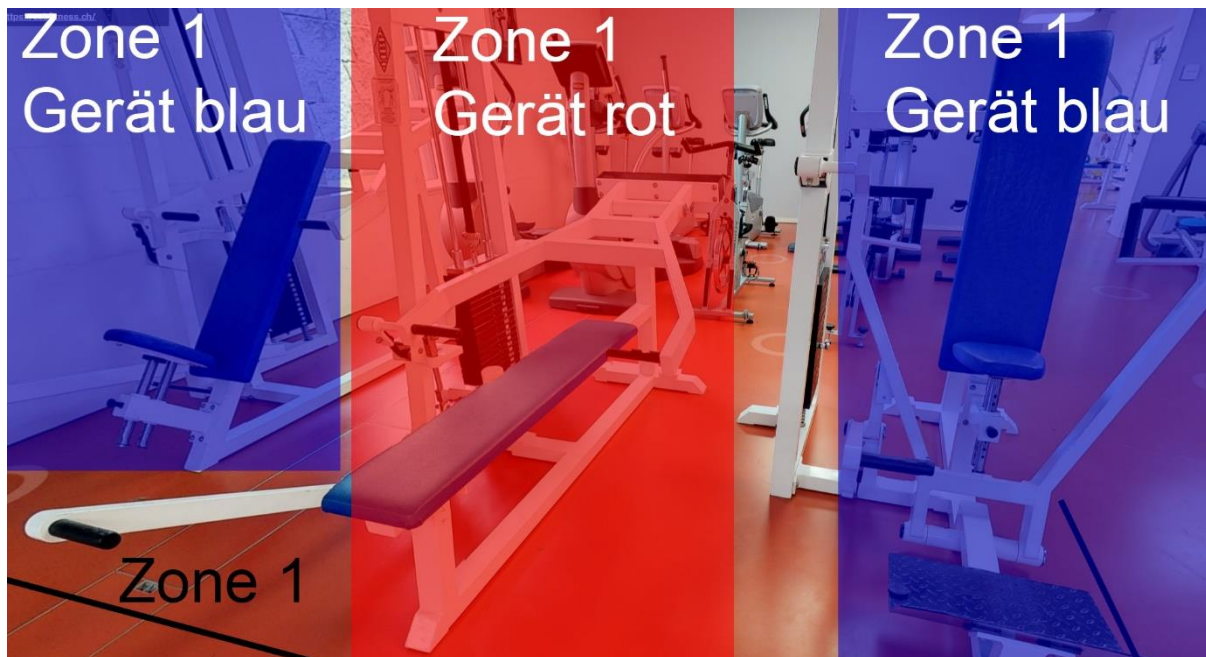
## xiii. Mitteilung

Der Vorstand hält die Mitglieder und Mitarbeiter über alle zur Verfügung stehenden Kanäle über die neuesten Entwicklungen und die einzuhaltenden Massnahmen auf dem Laufenden.

Es liegt an den Mitgliedern und Mitarbeitern sich über unsere Kanäle, insbesondere unsere Homepage, die aktuellen Informationen zu beschaffen.

# Anhang I: Zoneneinteilung Gerätepark

Wir haben den Gerätepark in verschiedene Zonen eingeteilt. Im unteren Bild ist die Zone 1 abgebildet. Diese besteht aus 3 Geräten (nicht jede Zone besteht aus 3 Geräten, es können auch mehr sein).



Die Geräte sind in Farben eingeteilt, dies erkennst du an den Farbkarten, die an den Geräten angebracht sind. Es darf immer nur auf einer benachbarten Farbe trainiert werden. Im Beispiel unseres Bildes versteht sich das wie folgt:

- Trainiert jmd. auf dem roten Gerät, müssen die blauen, die neben dran stehen, frei sein.
- Wird auf einem oder beiden blauen Geräten trainiert, muss das rote, das neben dran steht, frei sein.
- Wird in einer Zone mit mehr als 3 Geräten trainiert, kann auf zwei Farben trainiert werden. Es gilt auch hier: Sobald eine Farbe besetzt ist, dürfen die andersfarbigen Geräte unmittelbar neben dran nicht benutzt werden.

Auf den grün markierten Geräten darf immer trainiert werden, da diese mindestens 2 Meter von allen anderen Geräten entfernt sind.