

# PARA BELLUM BRAZILIAN JIU JITSU



## SARS COV-2 / COVID-19 TRAINING - SCHUTZ - KONZEPT

Änderungen durch Bundesrat – UPDATE vom 19.06.2020  
Gültig ab 22.06.2020





### **I. Ausgangslage**

Die Schweiz befand sich, auf Anordnung des Bundesrates, gestützt auf das Epidemiengesetz, aufgrund des Sars-Cov2 / Covid-19 Ausbruchs seit dem 28. Februar 2020 in einer «besonderen Lage», seit dem 16. März 2020 zeitweise sogar in einer «ausserordentlichen Lage» welche zu einer vorübergehenden «Covid-19 Verordnung» mit einem umfänglichen Sport-Trainings- und Wettkampfverbot geführt hat.

Am 22.06.2020 hat der Bundesrat die «ausserordentliche Lage» wieder aufgehoben und den Status der «besonderen Lage» wieder ausgerufen, diverse Lockerungen sind damit einhergegangen unter anderem sind auch bezgl. Sport Lockerungen ausgesprochen worden.

Der Verein Para Bellum Brazilian Jiu Jitsu (ab hier abgekürzt PBJJ) trägt die vom Bundesrat gefassten Beschlüsse verantwortungsbewusst mit und wird auch weiterhin im Rahmen der Möglichkeiten den Beitrag zur Eindämmung der Corona-Epidemie leisten.

Aus diesem Grund verlangt der Bundesrat von jedem Sport-Verband/Verein/Unternehmen weiterhin ein Schutzkonzept welches auf die neuen Lockerungen (bekanntgegeben am 19.06.2020 – mit Gültigkeit ab 22.06.2020) abgestimmt ist.

### **II. Ziele des Schutzkonzeptes**

Leitlinien für den Verein PBJJ, um für unsere Mitglieder einen möglichst sicheren Sportbetrieb zu gewährleisten, unter Einhaltung der jeweils aktuellen und laufenden Massnahmen/Anordnungen/Verordnungen des Bundes.

**Dieses PBJJ Schutzkonzept ist ab 22.06.2020** gültig und muss zwingend von allen PBJJ Vorstands-Mitglieder, PBJJ Instruktoren/Coaches und sämtlichen PBJJ Mitglieder angewendet werden – es ist somit verpflichtend.

Dieses Konzept soll nur solange gültig sein bis sämtliche Covid-19 Vorgaben des Bundes aufgehoben worden sind.

### **III. Verantwortlichkeiten**

Die Verantwortung und Umsetzung vom PBJJ Schutzkonzept liegt beim PBJJ Vereins-Vorstand und den PBJJ Instruktoren.

Die kantonalen Behörden sind die Aufsichtsorgane über die Einhaltung der behördlichen Verordnung von Bund, Kanton und Gemeinde.

Die Mitglieder von PBJJ verhalten sich diszipliniert und vorbildlich und halten sich – nicht nur im sportlichen Bereich – an die von den Behörden empfohlenen Massnahmen.



#### IV. Vorbemerkungen

Der Verein PBJJ und sämtlicher Trainingsbetrieb ist von den Verordnungen des Bundes betroffen. **Sämtliche Trainings-Aktivitäten sind ausschliesslich für Mitglieder/Instruktoren/Studenten mit laufender, aktiver und gültiger PBJJ Mitgliedschaft (Membership) möglich.**

Es dürfen **keine Besucher, Gäste (Drop Ins)** die PBJJ Academy besuchen – solange nicht, bis sämtliche Covid-19 Massnahmen vom Bundesrat aufgehoben worden sind.

**Trial Classes (Probetrainings)** sind ab **22.06.2020** wieder möglich - Probetrainings werden auf Vereinbarung mit dem **General Manager Stefan Rüegg festgelegt (per Mail oder telefonisch** und unter einigen wenigen Auflagen.

**Interessierte Personen an Probetrainings müssen einen kurzen Fragebogen beantworten:**

- Haben sie aktuell covid-19 oder Erkältungs- oder andere Krankheits-Symptome?
- Haben sie in ihrem Umfeld Personen welche in den letzten 10 Tagen an Covid-19 erkrankt sind?
- Warten sie auf Covid-19 Testresultate, oder haben sie in ihrem Umfeld Personen welche auf Covid-19 Testresultate warten?
- Waren sie kürzlich im Ausland oder allgemein auf Reisen (oder haben sie Flugreisen/Geschäftsreisen) durchgeführt?
- Haben sie auch in anderen Gyms, oder Bjj Academies Probetrainings absolviert?
- Haben sie kürzlich (innerhalb der letzten 10 Tage) an einer Veranstaltung mit 1'000 oder mehr Leute teilgenommen (Demonstration, Events, Konzerte, etc.,etc.)?

**Wird eine der Fragen mit «JA» beantwortet so kann die Person nicht vor einer 10 tägigen Zeitperiode ohne Covid-19 Symptome am Probetraining bei Para Bellum Brazilian Jiu Jitsu Academy teilnehmen.**

**V. Bjj Trainingsbetrieb unter Einhaltung der aktuellen «Covid-19 Verordnung 2 inkl. Lockerungen vom 27.05.2020» des Bundesrates -gültig ab 06.06.2020 und bis auf Weiteres:**

##### 1. Nur symptomfrei ins Training kommen

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen **NICHT** am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

##### 2. Abstand halten

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 zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten.

**Einzig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt in allen Sportarten wieder zulässig.**

Pro Paar müssen mindestens 10 m<sup>2</sup> Trainingsfläche zur Verfügung stehen, was bedeutet, dass bei unseren Trainings maximal **24x Personen (12X Pärchen)** teilnehmen dürfen.



### **3. Gründlich Hände und Füße waschen und mit Desinfektionsmittel desinifizieren**

Händewaschen/Füssewaschen und Desinfizieren spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände und Füße vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht und desinfiziert, 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, **führt der Verein für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten**. Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und **dass diese dem/der Corona-Beauftragten – Stefan Rüegg** in vereinbarter Form (**Gruppen-Foto**) zur Verfügung steht).

### **5. Bestimmung Corona-Beauftragte/r des Vereins Para Bellum Brazilian Jiu Jitsu Academy**

Der für die Para Bellum Brazilian Jiu Jitsu Academy / GFTeam Zürich verantwortliche Corona Beauftragte ist: Stefan Rüegg, Tel: +41793829728 E-Mail: parabellumjiujitsu@gmx.ch.

Personen mit Krankheitssymptome werden vom Instruktor/Coach umgehend nach Hause geschickt – Das Mitglied hat Folge zu leisten.

- Der PBJJ General Manager Stefan Rüegg sowie der Instruktor/Coach des Trainingsbetriebes sind umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren – Aufgrund Contact Tracing Verpflichtung .

**Jedes Vereins-Mitglied ist sich bewusst (und damit einverstanden)**, dass jeglicher Aufenthalt innerhalb der PBJJ Academy und alle Trainingsaktivitäten auf eigenes Risiko sind - alle getroffenen Schutz-Vorkehrungen/Massnahmen können eine Ansteckung von Sars Cov-2 / Covid-19 nicht zu 100% verhindern, auch können Verletzungen nicht ausgeschlossen werden.

Der PBJJ Verein, dessen Vorstand, dessen Instruktoren/Coaches und Mitglieder können weder bei einer Ansteckung jeglicher Art noch bei Verletzungen verklagt werden.

### **6) Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort:**

#### **Wie bereits vorher festgehalten gilt...**

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 zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten.

**Garderobe, Umkleidekabinen, Toiletten und Duschen dürfen wieder verwendet werden.**

**BAG Hygiene-Vorschriften sollen weiterhin angewendet werden – Händewaschen / Abstandhalten wo möglich.**

Der PBJJ Vereins-Vorstand empfiehlt bei der Anreise und Heimreise **das Tragen von FFP2 Schutzmasken und Nitril-Handschuhe sowie das Einhalten der BAG Vorgaben beim Gebrauch von öffentlichen Verkehrsmittel.**





### 7) Infrastruktur:

- Es steht auf der Bank vor der Matte Desinfektionsmittel bereit. Für die Trainingsgeräte stehen Reinigungsmittel im entsprechenden Bereich bereit.
- **Die Matten** werden nach jeder Trainingslektion mit den entsprechenden Mitteln gereinigt.
- **Benutzte Geräte sowie -Krafttrainingsgeräte**, die nicht individualisiert sind, müssen nach jedem Personenwechsel mit den bereitgelegten Mitteln gereinigt werden.

**Benutzte Toiletten** werden durch den Reinigungs-Dienst (Verwaltung Gebäude) gereinigt.

### 8) Verpflegung/Trinken/Abfall:

- Es wird keine Verpflegung (Essen) in der PBJJ Academy zugelassen.
- Wasserflaschen/Trinkflaschen sind erlaubt müssen aber individuell selber mitgebracht werden und auch wieder entsorgt werden – es dürfen keine Trinkflaschen umhergegeben und von mehreren Personen verwendet werden.
- Abfall wird zu Hause entsorgt.

### 9) Trainingsformen und –Organisation:

Es dürfen ab 06.06.2020 maximal 24x Personen an den Trainings teilnehmen.

Da diese maximale Anzahl bisher auch vor den Covid 19 Massnahmen niemals erreicht wurde, verzichten wir auf das Führen einer Doodle Anmelde-Liste (nicht aber auf eine Präsenzliste). Alle Mitglieder können an den Trainings teilnehmen, falls die Obergrenze von 24x Teilnehmer überschritten werden würde – entscheidet der zuständige Instructor wer nicht am Training teilnehmen darf und die Academy während diesem Training dann verlassen müsste.

Eine Präsenzliste pro Trainings-Klasse muss zwingend geführt werden – ein Gruppen-Foto mit allen Teilnehmer! muss zwingend von jeder Trainingseinheit durch den Instructor gemacht und Stefan Rüegg (General Manager) per Whatsapp zugeschickt werden.

### 10) Memberships:

**Alle Memberships werden entsprechend umgehend am 06.06.2020 wieder reaktiviert.**

Nach dem Bundesrats-Entscheid bezgl. Lockerungen sind sämtliche Sportarten mit Körperkontakt wieder erlaubt, damit besteht keine rechtliche Grundlage mehr auf ein «Freeze-Anspruch» der Memberships.

Die Memberships der Members die bereits seit Mitte Mai wieder **am eingeschränkten Training teilgenommen haben sind** ab diesem Moment an wieder reaktiviert worden.

Diese Members sind von Stefan Rüegg (General Manager) entsprechend informiert worden.

**An den Trainings dürfen nur Members mit gültiger Membership teilnehmen, falls eine Membership abgelaufen ist, wird sich Stefan Rüegg (General Manager) beim entsprechenden Member melden.**



### **11) Class Schedule:**

Ein neuer Trainingsplan / Class Schedule kommt ab 06.06.2020 zum Tragen und wird im PBJJ Group Chat sowie auf der PBJJ Website und social media sites spätestens am 06.06.2020 publiziert.

**Die Privat-Stunden** sind gemäss spezieller Vereinbarung geregelt.

### **12) Kommunikation des Schutzkonzeptes:**

Das PBJJ Schutz-Konzept wird wie folgt kommuniziert:

- durch den General Manager Stefan Rüegg im PBJJ Whatsapp Gruppen-Chat (an alle PBJJ Vereinsmitglieder)
- via PBJJ Website.
- via Social Media: Facebook und Instagram.
- durch die Instruktoren/Coaches auf Anfrage elektronisch zugestellt werden (PDF).

Stefan Rüegg  
Founder & Headinstructor  
PBJJ General Manager  
PBJJ Board Committee Member:

---