



Schutzkonzept ab 17. August 2020

Wasserfitness ist sicher

Vertraut uns: Wir bieten ein sicheres und unterhaltsames Training im Wasser. Gerade in Corona-Zeiten ist die Pflege von Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden besonders wichtig.

Wir müssen mit dem Corona-Virus leben lernen. Darum braucht es dieses Schutzkonzept für die WaFiLa-Kurse. So können wir uns - trotz einiger Einschränkungen - auf ein abwechslungsreiches Training in gewohnter Qualität freuen.

Mit dem Schutzkonzept wollen wir alle KursteilnehmerInnen und TrainerInnen bestmöglich vor einer Ansteckung schützen.

1. 1,5 Meter Abstand halten

- 1,5 Meter Abstand einhalten in der ganzen Badanlage (Garderobe, Duschen, Schwimmhalle, Bassin).
- Kein Händeschütteln eventuell stattdessen Corona-Gruss.

Engstelle Garderobe/Dusche

- Um möglichst kurze Aufenthaltsdauer in Garderobe/Dusche zu erreichen, bereits im Badeanzug ankommen.
- Kurz und gründlich duschen. Styling und Schönheitspflege finden zu Hause statt.
- Bitte *geduscht* und *1-2 Minuten vor Lektionsbeginn* in der Schwimmhalle bereitstehen – so verhindern wir, dass sich Teilnehmende in der Garderobe kreuzen.
- Längere Gespräche finden im Freien statt.

2. Gründlich die Hände waschen

Hände gründlich mit Seife waschen.

3. Nur symptomfrei in die Kurse kommen

Mit Krankheitssymptomen zu Hause bleiben, beim Hausarzt oder bei der Hausärztin melden, gegebenenfalls in Quarantäne gehen und Trainerin informieren.

4. Präsenzkontrolle

Präsenzkontrolle wird wie gewohnt geführt. Damit ist ein Contact Tracing möglich.

5. Bei weiteren Corona-Fragen

Für Fragen stehen euch die WaFiLa-TrainerInnen zur Verfügung.

6. Eigene Auftriebshilfen und Handgeräte

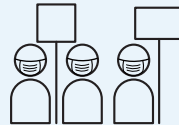
Eigenes Material z.B. Auftriebsgute dürfen selbstverständlich verwendet werden. Wir weisen jedoch darauf hin, dass behandeltes Wasser bestens desinfiziert und daher kann auch unser Material unbedenklich verwendet werden.

Coronavirus: Regeln und Empfehlungen

Aktuell gelten in der ganzen Schweiz folgende **Verbote und Pflichten**. Die Kantone können wenn nötig weitere beschliessen.



Maskenpflicht im öffentlichen Verkehr



Maskenpflicht bei Kundgebungen

1000

Verbot von Veranstaltungen mit mehr als 1000 Personen



Quarantäne bei Einreise aus einem Risikogebiet



Schutzkonzepte für Betriebe, Einrichtungen und Veranstaltungen

Hygiene und Verhaltensregeln sind wichtige **Empfehlungen**. Denn das neue Coronavirus soll sich nicht stärker verbreiten.



1,5 Meter Abstand halten



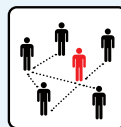
Maske tragen, wenn Abstandhalten unmöglich



Hygiene beachten



Bei Symptomen testen lassen



Kontaktdaten angeben und Tracing ermöglichen



Isolation oder Quarantäne einhalten

Die **SwissCovid App** für Smartphones hilft, Kontakte nachzuverfolgen.
Download: Google Play Store für Android und Apple Store für iOS.

