



# Schutzkonzept Bergsport zur Eindämmung von Covid-19

## 1 Ausgangslage

Der Bundesrat hat am 29. April 2020 beschlossen, dass Vereinsaktivitäten im Breitensport unter Einhaltung der Hygiene- und Distanzregeln ohne Körperkontakt und in Kleingruppen von maximal fünf Personen ab dem 11. Mai 2020 wieder erlaubt sind. Im Spitzensport dürfen Trainings auch mit mehr als fünf Personen stattfinden. Dies ist allerdings nur dann erlaubt, wenn der jeweilige Sportverband ein detailliertes Schutzkonzept vorlegen kann. Das Schutzkonzept muss aufzeigen, wie der Sport ausgeübt wird, so dass die Gefahr der Ansteckung gering ist.

Das vorliegende Schutzkonzept zeigt auf, wie Bergsport als Breitensport und Leistungssport in den SAC-Sektionen sowie im SAC-Zentralverband und in Partnerorganisationen wieder betrieben werden kann. Dies alles im Rahmen der nach wie vor geltenden übergeordneten Schutzmassnahmen.

Das Konzept hat Gültigkeit für den gesamten Bergsport (mit Ausnahme Sportklettern Indoor) und wurde durch den Schweizer Alpen-Club SAC erarbeitet, mit Einbezug des Schweizer Bergführerverbandes SBV. Es wurde auf der Grundlage der Rahmenvorgaben des Bundesamtes für Sport (BASPO), dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) und von Swiss Olympic sowie weiteren Stakeholdern vom 29. April 2020 erarbeitet.

Unter Bergsport verstehen wir jeglichen nicht motorisierten Sport in den Bergen, insbesondere Berg- und Alpinwandern, Trailrunning, Klettern und Bouldern, das Begehen von Klettersteigen, Hochtouren, Mountainbiken, Eisklettern, Ski-, Snowboard- und Schneeschuhtouren.

## 2 Zielsetzung

Das vorliegende Schutzkonzept hat zum Ziel, die Wiederaufnahme sämtlicher SAC-Breitensportaktivitäten unter Einhaltung der gesundheitlichen und epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (vgl. Anhang BAG-Richtlinien) ab dem 11. Mai 2020 zu ermöglichen.

Voraussetzung dazu ist, dass jede SAC-Sektion und Partnerorganisationen das Schutzkonzept Bergsport des Schweizer Alpen-Club SAC kennen und die entsprechenden Vorgaben umsetzen. Werden weitere Infrastrukturen, z.B. künstliche Kletteranlagen, SAC-Hütten, Hotels oder Restaurationsbetriebe, benutzt, müssen diese über ein entsprechendes Schutzkonzept verfügen, zu dessen Einhaltung die SAC-Sektionen und -Organisationen verpflichtet sind.

Bei der Umsetzung des vorliegenden Schutzkonzeptes zählen der Schweizer Alpen-Club SAC und die Partnerorganisationen auf die Solidarität und Selbstverantwortung aller Beteiligten.

Für den Breiten-, Leistungs- und Spitzensport sowie für das Kurswesen im Sportklettern Indoor wurde vom SAC beim BASPO bereits ein separates Schutzkonzept eingereicht.

### 3 Übergeordnete Grundsätze

(vgl. dazu auch den Anhang BAG-Richtlinien)

Das vorliegende Schutzkonzept ist darauf ausgerichtet, die allgemeinen Grundsätze zur Verhinderung der Weiterverbreitung des Corona Virus auch im Zusammenhang mit den Bergsportaktivitäten umzusetzen. Es sind dies:

- Einhaltung der Verhaltens- und Hygiene-Regeln des BAG.
- Social-Distancing (2m Mindestabstand zwischen allen Personen: 10m<sup>2</sup> pro Person; kein Körperkontakt).
- Maximale Gruppengrösse von fünf Personen. Wenn möglich gleiche Gruppenzusammensetzung mit Protokollierung der Teilnehmenden zur Nachverfolgung möglicher Infektionsketten.
- Besonders gefährdete Personen müssen die spezifischen Vorgaben des BAG beachten.

### 4 Schutzkonzept Bergsport

Die in der Folge aufgelisteten Punkte entsprechen den strukturellen Vorgaben eines Schutzkonzeptes.

#### Leiterinnen und Leiter

Für Tourenleiterinnen und Tourenleiter, für J+S Leiterinnen und -Leiter, für Coaches, für Trainerinnen und Trainer, für Bergführerinnen und Bergführer, für Kletterlehrerinnen und Kletterlehrer sowie Wanderleiterinnen und Wanderleiter wird nachfolgend immer Leiterinnen und Leiter verwendet. Aus epidemiologischer Sicht spielt es keine Rolle, ob es sich um ehrenamtliche oder professionelle Tätigkeiten handelt. Darum werden im Konzept ehrenamtliche oder professionelle Tätigkeiten nicht unterschieden.

#### 4.1 Risikobeurteilung und Triage

Bergsportlerinnen und Bergsportler sowie Leiterinnen und Leiter dürfen nicht an Aktivitäten teilnehmen, wenn sie Symptome einer COVID-19-Infektion, Grippe- oder Erkältungskrankheiten aufweisen bzw. die entsprechenden Krankheiten / Symptome im Haushalt oder im nahen persönlichen Umfeld der Person aufgetreten sind. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Weisen sie Symptome auf, rufen sie umgehend ihre Hausarztpraxis an und befolgen deren Anweisungen. Die Trainingsgruppe ist umgehend über die Krankheitssymptome zu informieren.

Diese Vorgabe wird vor dem Anlass allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern sowie dessen Leiterinnen und Leitern kommuniziert, damit diese im Idealfall nicht mit der Trainingsgruppe in Kontakt kommen.

## 4.2 Anreise, Ankunft und Abreise zum und vom Trainingsort

- Lange Anreisen sollen vermieden werden.
- Wenn möglich, soll das Velo für die An- und Abreise benutzt werden.
- Ansonsten sind von Montag bis Freitag Fahrgemeinschaften in Personenwagen zu bevorzugen. In jeder Sitzreihe sollen nur max. zwei Personen befördert werden. Falls nicht auf den öffentlichen Verkehr verzichtet werden kann, so sind Stosszeiten / Pendlerzeiten konsequent zu meiden.
- An Wochenenden soll der öffentliche Verkehr bevorzugt werden.
- Sind mehr als fünf Teilnehmerinnen und Teilnehmer vorgesehen, so müssen diese gestaffelt oder individuell an- und abreisen sowie beim Eintreffen in Gruppen von max. fünf Personen eingeteilt werden.
- Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.

## 4.3 Infrastruktur

### 4.3.1 Platzverhältnisse/Trainingsortverhältnisse

- Touren, Übungen und Kurse sind so zu gestalten, dass der Abstand von 2m eingehalten werden kann.
- Für Theorien muss der Abstand von 2m eingehalten werden. Falls möglich, soll die Theorie im Freien durchgeführt werden.

### 4.3.2 Umkleide/Dusche/Toiletten

- Bergsport ist primär ein Outdoorsport. Findet die Aktivität an künstlichen Kletteranlagen statt, muss das Schutzkonzept der entsprechenden Kletteranlage eingehalten werden.
- Oft dauert die Aktivität länger als einen Tag. In diesem Fall muss das Schutzkonzept des Beherbergungsbetriebes eingehalten werden.
- Die Mitnahme eines persönlichen Desinfektionsmittels wird ausdrücklich empfohlen.

### 4.3.3 Handhygiene

Es gelten die Vorgaben des BAG, regelmässig die Hände mit Seife zu waschen, insbesondere vor und nach dem Training. In den Bergen ist das Händewaschen mit Seife oft nicht möglich. Aus diesem Grunde wird die Mitnahme eines persönlichen Desinfektionsmittels ausdrücklich empfohlen, damit die Hände regelmässig desinfiziert werden können.

### 4.3.4 Reinigung der Sportstätte

Für die Reinigung von künstlichen Kletteranlagen verweisen wir auf das Branchenkonzept für Kletteranlagen (IGKA).

### 4.3.5 Verpflegung

- Hier gelten die Vorgaben des Bundes für die Gastronomie. Für die Umsetzung der Vorgaben sind die Restaurationsbetriebe verantwortlich.
- Erfolgt die Verpflegung „aus dem Rucksack“, soll auf die Weitergabe von Essen und insbesondere Getränken verzichtet werden.

#### **4.3.6 Unterkunft**

Jede Unterkunft muss ein Schutzkonzept haben, an welches sich die Bergsportlerinnen und Bergsportler halten müssen. Bei Übernachtungen in Hütten muss zwingend ein Hüttenschlaf-sack mitgenommen werden.

#### **4.3.7 Vermeidung von grösseren Gruppen**

Besteht eine Gruppe aus mehr als fünf Personen, ist die Gruppe in Kleingruppen von max. fünf Personen (inkl. Leiterin und Leiter) aufzuteilen. Dabei ist zu beachten, dass die Gruppen gut und klar getrennt sind.

### **4.4 Trainingsorganisation**

#### **4.4.1 Breitensport**

Bedingung für eine Durchführung ist die Einhaltung sämtlicher Schutzmassnahmen. Bei mehreren Gruppen ist zu beachten, dass die Gruppen jederzeit gut und klar getrennt sind. Details sind dem Kapitel 4.4.4 zu entnehmen.

#### **4.4.2 Trainingsbetrieb Leistungs-/Spitzensport**

Für das Sportklettern Indoor sowie für den Leistungs- und Spitzensport besteht ein separates SAC-Schutzkonzept. Die weiteren Leistungssportarten des SAC, Skitourenrennen und Eisklettern, sind Wintersportarten. Das Training auf Schnee bzw. Eis wird erst wieder im Oktober starten. Für das Sommertraining gelten die allgemein gültigen Verhaltens- und Hygieneregeln des BAG sowie das vorliegende Schutzkonzept Bergsport.

#### **4.4.3 Material**

Alle Bergsportlerinnen und Bergsportler benutzen ausschliesslich ihr eigenes Material (z.B. Klettergurt, Sicherungsgeräte, Magnesia, Steigeisen, Pickel). Das Seil und die Expressschlingen sind die einzigen zwingenden Gruppenmaterialien. Diese werden in der Regel von zwei (Expressschlingen) bis fünf (Seil) Personen gleichzeitig benutzt.

Von der Desinfektion des Klettermaterials, insbesondere des Seils und der Expressschlingen, wird abgeraten. Das Besprühen von textilen Materialien der Kletterausrüstung mit Lösungsmitteln ist vom Hersteller grundsätzlich nicht vorgesehen, weil es durch physikalische Vorgänge und chemische Reaktionen zu einer Verminderung der Haltekräfte kommen kann. Deshalb müssen nach dem Gebrauch des Klettermaterials die Hände gründlich mit Seife gewaschen oder desinifiziert werden.

#### **4.4.4 Massnahmen zur Risikominderung/Unfallverhalten**

##### **a) Grundregeln**

- Versammlungen von mehr als fünf Personen sind verboten.
- Mindestens 2m Abstand halten.
- Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.
- Gründlich Hände waschen.
- Hände schütteln vermeiden.
- In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.
- Bei Symptomen zuhause bleiben.

- Sich im Vorfeld gut über die geplante Tour informieren.
- Eine konservative Tourenplanung mit einer realistischen Selbsteinschätzung machen.
- Die Risikobereitschaft zurücknehmen. Bei allen Bergsportaktivitäten deutlich unterhalb der persönlichen Leistungsgrenze bleiben und im Zweifelsfall umkehren.
- Die Ausrüstung dem Vorhaben und den Verhältnissen anpassen.
- Persönliches Desinfektionsmittel und Masken mitnehmen. Regelmässig die Hände waschen oder desinfizieren.
- Immer ein Erste-Hilfe-Set und ein Mobiltelefon mitnehmen.

**Diese Grundregeln sollten bei allen Aktivitäten eingehalten werden.**

**b) Berg- und Alpinwandern, Trailrunning**

- Auf markierten Wegen bleiben.
- Besondere Vorsicht beim Begehen von Schneefeldern.

**c) Sportklettern (Klettergärten) und Bouldern**

- Den Sektor oder das Klettergebiet wechseln, wenn zu viele Personen am selben Felsen sind.
- Der Partner-Check kann normal erfolgen. Eine Unterschreitung der 2m und ein kurzer Kontakt für den Sicherheits-Check sind möglich.
- Highballs und Boulder mit gefährlicher Landezone vermeiden.

**d) Mehrseillängen klettern, Eisklettern, Hochtouren**

- Der Partner-Check kann normal erfolgen. Eine Unterschreitung der 2m und ein kurzer Kontakt für den Sicherheits-Check sind möglich.
- Maximal zwei Personen am selben Standplatz.

**e) Begehen von Klettersteigen**

- Verzicht, wenn bereits mehrere Personen in einem Klettersteig unterwegs und Staus absehbar sind.
- Rücksichtnahme und Abwarten am Einstieg.
- Abstand halten.

**f) Mountainbiken**

- Mindestens 2m Abstand konsequent einhalten.
- Defensiv fahren und Stürze vermeiden.
- Wenn überholt werden muss, dann rasch und mit so viel seitlichem Abstand wie möglich.

**g) Ski-, Snowboard- und Schneeschuhtouren**

- Sich über Schneeverhältnisse und Lawinensituation informieren.
- Defensiv fahren und Stürze vermeiden.
- Absturzgefahr beachten.

#### **h) Unfallverhalten**

- Als Ersthelfer nach den allgemein üblichen Erste-Hilfe-Richtlinien vorgehen und zusätzlich eine Maske verwenden.

#### **4.4.5 Schriftliche Protokollierung der Teilnehmenden**

- Um im Falle einer Infektion die Infektionskette nachverfolgen zu können, muss die Leiterin oder der Leiter immer eine detaillierte Teilnehmerliste der anwesenden Bergsportlerinnen und Bergsportler führen.
- Die Teilnehmerlisten müssen mindestens ein Jahr aufbewahrt werden.

#### **4.4.6 Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort**

- Die Leiterinnen und Leiter müssen das Schutzkonzept kennen und dieses umsetzen.
- Bei Fragen können sich die Leiterinnen und Leiter sowie die Verantwortlichen der Organisationen an die Tourenchefin, den JO-Chef oder an den SAC-Zentralverband wenden.
- Der Organisator kann punktuell die Umsetzung der Vorgaben überprüfen und die Leiterinnen und Leiter unterstützen.
- Alle verantwortlichen Personen inkl. Teilnehmenden sind angehalten, sich an das Schutzkonzept zu halten. Es muss jederzeit klar sein, wer welche Rolle und welchen Aufgabenbereich wahrnimmt und wo allenfalls Handlungsspielräume bestehen.
- Der Organisator ist verantwortlich für die Verbreitung des Schutzkonzeptes.

## **4.5 Kommunikation des Schutzkonzeptes Bergsport**

Das vorliegende Schutzkonzept für Bergsport wurde dem BASPO am Freitag, 5. Mai 2020 zuhanden von Herrn Walter Mengisen, Vize-Rektor des BASPO, per E-Mail eingereicht.

Sobald das Schutzkonzept bewilligt ist, werden die entsprechenden Massnahmen über die SAC-Kommunikationskanäle (Website, E-Mail, Newsletter, Social Media, etc.) kommuniziert. Dabei sollen primär folgende Zielgruppen angesprochen werden:

- Präsidenteninnen und Präsidenten der SAC-Sektionen
- Tourenchefinnen und Tourenchefs der SAC-Sektionen
- JO-Chefinnen und JO-Chefs der SAC-Sektionen
- Partnerorganisationen (SBV, Naturfreunde)
- Leiterinnen und Leiter
- Bergsportlerinnen und Bergsportler

Bern, 5. Mai 2020

#### **Schweizer Alpen-Club SAC**

Dr. Françoise Jaquet  
Präsidentin

Daniel Marbacher  
Geschäftsführer

# Anhang



## Abstand halten

Halten Sie Abstand zu anderen Menschen. Eine Ansteckung mit dem neuen Corona Virus kann erfolgen, wenn man zu einer erkrankten Person weniger als zwei Meter Abstand hält. Indem Sie Abstand halten, schützen Sie sich und andere vor einer Ansteckung.

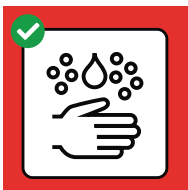
Einhalten der Distanz sowohl für Sportaktivitäten draussen und wie in Sport- und Trainingshallen. 10 Quadratmeter pro Person oder 2m Distanz.

Aktivitäten und Training in Kleingruppen bis max. 5 Personen

## Abstand halten im öffentlichen Verkehr

Der ÖV ist wichtig für eine funktionierende Wirtschaft. Und viele Menschen sind auf ihn angewiesen. Das Grundangebot bleibt deshalb bestehen. Benutzen viele Personen ein öffentliches Verkehrsmittel gleichzeitig, können sie nicht genügend Abstand voneinander halten. Sie riskieren dann, sich mit dem neuen Corona Virus anzustecken.

- Verzichten Sie auf Fahrten mit dem ÖV
- Nutzen Sie für den Trainingsweg wo immer möglich den Langsamverkehr (zu Fuss, Fahrrad, E-Bike)
- Sind Sie dennoch auf ÖV angewiesen, halten Sie die Hygiene- und Verhaltensregeln ein



## Gründlich Hände waschen: Vor und nach dem Training!

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Indem Sie Ihre Hände regelmässig mit Seife waschen, können Sie sich schützen. Trocknen Sie sie mit einem sauberen Handtuch, wenn möglich mit einem Wegwerf-Papiertuch oder einer einmal benutzbaren Stoffhandtuchrolle.

## Was muss ich noch beachten?

Am besten tragen Sie keine Ringe. Falls Sie einen Ring tragen: Ziehen Sie ihn vor dem Händewaschen aus, reinigen Sie ihn mit Seife und trocken Sie ihn gut.

Pflegen Sie Ihre Haut: In lädierter Haut können sich richtige «Mikrobennester» bilden. Verwenden sie zur Pflege der Haut eine Feuchtigkeitscreme.



## Händeschütteln vermeiden

Je nachdem, was wir gerade angefasst haben, sind unsere Hände nicht sauber. Ansteckende Tröpfchen aus Husten und Niesen können sich an den Händen befinden. Sie gelangen an Mund, Nase oder Augen, wenn man diese berührt. Darum ist es wichtig, das Händeschütteln zu vermeiden. Gegen Ansteckung können wir uns schützen, indem wir:

- Keine Hände schütteln; auf Sportrituale mit Berührungen verzichten
- Auf Begrüssungsküsse verzichten
- Nase, Mund und Augen besser nicht berühren