



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 4. Dezember 2021

Änderungen in roter Schrift

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 818.101.26 über Massnahmen in der besonderen Lage zur Bekämpfung der Covid-19-Epidemie (Covid-19-Verordnung besondere Lage):
2. Verordnung über Massnahmen in der besonderen Lage zur Bekämpfung der Covid-19-Epidemie (Covid-19-Verordnung besondere Lage)

Die Verordnungen sind unter dem folgenden Link einsehbar:

[SR 818.101.26 - Verordnung vom 23. Juni 2021 über Massnahmen in der besonderen Lage zur Bekämpfung der Covid-19-Epidemie \(Covid-19-Verordnung besondere Lage\) \(admin.ch\)](#)

Mit Beschluss vom 3. Dezember 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	6
7. GRUNDREGELN.....	6
8. DISTANZ HALTEN/KONTAKTE	6
RAUMTEILUNG.....	6
KUNDENKONTAKT MIT UNVERMEIDBARER DISTANZ UNTER 1,5 M	7
9. HÄNDEHYGIENE	7
10. REINIGUNG	7
LÜFTEN	7
OBERFLÄCHEN UND GEGENSTÄNDE	7
11. MASKENTRAGPFLICHT.....	7
12. KONTAKTDATEN.....	8
13. GESUNDHEITZUSTAND.....	8
14. INFORMATION	8
INFORMATION DER KUNDSCHAFT	8
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. 20 Bst. B und d der Verordnung über Massnahmen in der besonderen Lage zur Bekämpfung der Covid-19-Epidemie
Änderung vom 3. Dezember 2021

1. Bei Personen ab 16 Jahren muss der Zugang auf Personen mit einem Zertifikat* (geimpft, genesen, getestet) beschränkt werden.
2. Es muss eine wirksame Lüftung vorhanden sein.
3. In den Trainingsräumen muss keine Maske getragen werden. Von jedem Kunden müssen die Kontaktdaten hinterlegt werden.
4. Vom Eingang in die Garderoben und zu den Trainingsräumen müssen alle Kunden Masken tragen.

*Zertifikat

Art. 3a Personen mit einem Impf- oder Genesungszertifikat

Als Personen mit einem Impf- oder Genesungszertifikat im Sinne dieser Verordnung gelten Personen, die über eines der folgenden Zertifikate verfügen:

- a. ein Covid-19-Impfzertifikat nach Artikel 1 Buchstabe a Ziffer 1 Covid-19- Verordnung Zertifikate vom 4. Juni 2021;
- b. ein Covid-19-Genesungszertifikat nach Artikel 1 Buchstabe a Ziffer 2 Covid- 19-Verordnung Zertifikate;
- c. ein Covid-19-Ausnahmezertifikat nach Artikel 1 Buchstabe a Ziffer 4 Covid- Verordnung Zertifikate;
= PCR-Test, 72 Stunden Gültigkeit oder Schnelltest, Gültigkeit 24 Stunden
- d. ein anerkanntes ausländisches Zertifikat zur Bescheinigung von Impfungen oder Genesungen nach dem 7. Abschnitt der Covid-19-Verordnung Zertifikate

Betrieb mit Beschränkung auf 2G

Gemäss Art. 15 Absatz 1:

Der Zugang gilt nur für Kunden mit einem Impf- oder Genesungszertifikat.
Es entfällt eine Maskenpflicht im ganzen Gebäude.
Es muss eine wirksame Lüftung vorhanden sein.

5. Zugang / Kontrolle der Zertifikatspflicht

Bei Betrieb mit Zertifikatspflicht müssen die Kontaktdaten erhoben werden und auf Verlangen der Behörden übermittelt werden können.

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 Abfallcontainern 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 Händehygiestationen: 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

Variante Betrieb mit Zertifikatspflicht

Wenn der Betrieb unter der Zertifikatspflicht (3G) geführt wird, gilt in den allgemeinen Räumen wie Garderoben, Zugänge usw. Maskentragpflicht. Nur in den Trainingsräumen entfällt die Maskentragpflicht.

Variante Betrieb mit 2G

Die Maskenpflicht in Innenräumen sind aufgehoben (2 G Betrieb).

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.

Bei Betrieb mit Zertifikatspflicht (3G) gelten die gleichen Regeln wie für die Kunden gemäss Art. 12.

Bei Betrieb mit 2 G entfällt die Maskentragpflicht generell.

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

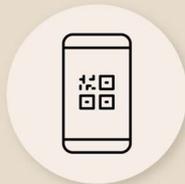
Umsetzung von Massnahmen im Management, um die Schutzmassnahmen effizient umzusetzen und anzupassen.

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

Coronavirus: Bundesrat verstärkt Massnahmen

03.12.2021

Ab 6. Dezember gilt schweizweit:



Ausweitung Zertifikatspflicht



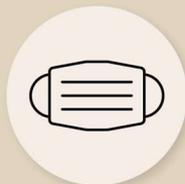
Proben und Trainings in
fixen Gruppen drinnen



Treffen im Familien- und Freundeskreis
drinnen mit mehr als 10 Personen
(Empfehlung)

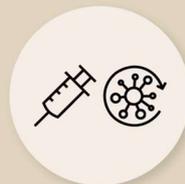


Veranstaltungen draussen
mit mehr als 300 Personen



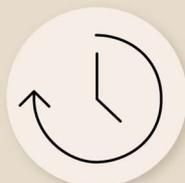
Ausweitung Masken- pflicht drinnen

Wo Zertifikatspflicht gilt,
gilt neu auch Maskenpflicht
Ausnahmen: Familien- und
Freundeskreis, Chor, gewisse
Sportarten, Restauranttisch



Beschränkung auf 2G möglich

Betriebe und Veranstalter mit
Zertifikatspflicht können Zutritt auf
Geimpfte und Genesene beschränken
Bei 2G entfallen Maskenpflicht und
Sitzpflicht (bei Konsumation)



Kürzere Testgültigkeit



Antigen-
Schnelltest
(ab Probeentnahme)



Dringliche Empfehlung: Homeoffice



Maskenpflicht, wenn
mehr als eine Person
im Raum (am Arbeitsplatz)

Weiterhin gilt:



Zertifikatspflicht für
Gastronomie, Veranstaltungen,
Kultur, Sport und Freizeit



Private Treffen drinnen
max. 30 Personen
(draussen: 50)



Maskenpflicht
im ÖV und in Läden

 Kontakte minimieren  Regelmässig lüften  Impfen lassen