

# SGQT - Schutzkonzept für das Anbieten von Gruppen- und Einzelunterricht in Qigong und Taijiquan

Bewilligt vom BASPO, 30.4.2020

Laufend überarbeitet und aktualisiert gemäss Vorgaben des Bundesrates

Fassung vom 27.05.2021



Schweizerische Gesellschaft für  
Qigong und Taijiquan  
Association Suisse pour  
le Qigong et le Taijiquan  
Associazione Svizzera per il  
Qigong e il Taijiquan

## Schutzkonzept ab 31.05.2021

Name der/des Unterrichtenden: \_\_\_\_\_

Es wird empfohlen, das Training nach Möglichkeit nach draussen zu verlegen.

### Innenräume:

- Der Unterricht von Qigong und Taijiquan in Innenräumen ist in Gruppen von maximal 50 Personen (inkl. Lehrperson) bei einer Mindestfläche von 10 m<sup>2</sup>/Person erlaubt.
- Grundsätzlich besteht eine Maskenpflicht in Innenräumen. Am Trainingsplatz besteht keine Maskenpflicht, wenn die Teilnehmenden den ihnen zugewiesenen Platz nicht verlassen und ihnen 10 m<sup>2</sup> zur exklusiven Nutzung zur Verfügung stehen. Bei grösseren Bewegungen ist ein Training ohne Maske nur erlaubt, wenn 25 m<sup>2</sup>/Person zur Verfügung stehen. Wenn in Innenräumen ohne Maske geübt wird, müssen die Kontaktdaten erhoben werden.
- In Innenräumen sind mehrere Gruppen à 50 Personen erlaubt, wenn mind. 10 m<sup>2</sup>/Person zur Verfügung stehen.
- Sollte ein Innenraum nicht grösser als 30 m<sup>2</sup> sein, werden nur 6 m<sup>2</sup>/Person verlangt.
- Bei Flächen zwischen 30 – 50 m<sup>2</sup> darf 5 Personen Zutritt gewährt werden.
- Kontaktsportarten in Innenräumen sind erlaubt, wenn der Körperkontakt unumgänglich ist, die Aktivität stets in beständigen Gruppen von höchstens 4 Personen ausgeübt wird und die räumlichen Verhältnisse erhöhten Anforderungen genügen. Bei der Variante mit beständigen Teams aus höchstens 4 Personen müssen pro Gruppe mindestens 50 m<sup>2</sup> zur Verfügung stehen.
- Der Mindestabstand von 1.5 Metern muss immer eingehalten werden.
- Der Trainingsraum muss sehr gut gelüftet werden.

### Aussenbereich:

- Der Unterricht ist in Gruppen von maximal 50 Personen erlaubt (inkl. Lehrperson).
- Es besteht eine Maskenpflicht für Trainings im Freien bei Abstand unter 1.5 m zwischen den Teilnehmenden.
- Es besteht keine Maskenpflicht für Trainings im Freien bei einem Abstand ab 1.5 m zwischen den Teilnehmenden.

- Mehrere Gruppen à 50 Personen sind möglich, wenn die Gruppen permanent und offensichtlich als eigenständige Gruppen erkennbar sind und sich deren Mitglieder während der gesamten Zeit weder annähern noch mischen, inklusive den Leitungspersonen.
  - ➔ Wir empfehlen für öffentliches Üben im Park die Abtrennung z.B. mit Seilen zu machen und dazwischen einen Korridor leer zu lassen. Die ankommenden Leute sollen in die Bereiche eingewiesen werden.
- Körperkontakt im Aussenbereich ist erlaubt, wenn eine Maske getragen wird oder die Kontaktdaten erhoben werden.

Die Schweizerische Gesellschaft für Qigong und Taijiquan leitet das Schutzkonzept allen Mitgliedern weiter. Diese sind verantwortlich, dass sie alle Kursteilnehmenden über das Konzept informieren und dieses am Übungsort auflegen. Die Unterrichtenden kontrollieren die Einhaltung.

Die/der Qigong- / Taijiquan-Unterrichtende ist für die Einhaltung folgender Massnahmen verantwortlich:

#### **Hygienevorschriften:**

- Unterrichtende und Kursteilnehmende mit Krankheitssymptomen dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Sie rufen ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen. Die Trainingsgruppe ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.
- Ob besonders gefährdete Personen am Unterricht teilnehmen können, muss individuell besprochen werden. Bei einer Teilnahme ist ein spezieller Schutz unerlässlich.
- Die Kursteilnehmenden werden über die Vorgaben und Massnahmen informiert.
- Die Teilnehmenden betreten und verlassen einzeln und mit 1,5 m Abstand das Trainingsgelände.
- Es gelten die allgemeinen Hygienevorschriften des BAG.

#### **Teilnehmende:**

Die Kontaktdaten für die Rückverfolgung (Name, Adresse, Telefonnummer) müssen nur noch notiert werden, wenn man in Innenräumen ohne Maske oder im Freien ohne Abstand und ohne Maske übt.

#### **Trainingsinhalte:**

In der aktuellen Situation sind von den Unterrichtenden Übungen zu wählen, die wenig Raum benötigen und keinen Körperkontakt zu anderen beinhalten. Die Lehrperson verzichtet auf Korrekturen mit Körperkontakt an den Teilnehmenden.