

Covid-19 Präventionskonzept

Löwenherz Fitness Company OG

Version: 22. März 2022

Erstellt von: Martin Mader, GF

1. Allgemeine Hinweise

Ziel des vorliegenden Covid-19 Präventionskonzepts ist es, ein Handlungsanleitung zur Verfügung zu stellen, auf deren Basis MitarbeiterInnen, KundInnen und PartnerInnen der Löwenherz Fitness Company eine sichere Zusammenarbeit ermöglicht wird. Wir sind uns unserer Verantwortung für unsere Community bewusst und möchten dieser in unserer Rolle als professioneller Dienstleister und wissenschaftlicher Think Tank auch vor dem Hintergrund der anhaltenden Gesundheitskrise gerecht werden. Der Schutz unserer MitarbeiterInnen und KundInnen in unserem unmittelbaren Verantwortungsbereich genießt höchste Priorität, weshalb wir behördliche Vorgaben nicht nur ausnahmslos einhalten, sondern als Mindeststandard betrachten, den wir überall dort, wo es für den einzelnen Anwendungsfall Sinn macht, freiwillig und zielgerichtet erhöhen.

Neben behördlichen Vorgaben, den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und eigenen Erfahrungen im praktischen Trainingsbetrieb fließen in das vorliegende Präventionskonzept vor allem die Empfehlungen von Sport Austria („Unsere Handlungsempfehlungen für einen sicheren Sportbetrieb - Massnahmen zur Minimierung des infektionsrisikos mit Sars-Cov-2 bei der Ausübung von Sport im Rahmen von Vereinen. Version 3, Stand: 15. März 2021) sowie des Österreichischen Instituts für Schul- und Sportstättenbau (ÖISS Corona Service – Customer Journey, Stand 27.05.2020) ein.

Besonders festzuhalten ist, dass das vorliegende Präventionskonzept als lebendiges Dokument gestaltet ist, das regelmäßig auf Basis der aktuell gültigen Verordnungen der zuständigen Behörden, aber auch des aktuellen, wissenschaftlichen Erkenntnisstands und der gesammelten Praxiserfahrungen einem Update unterzogen wird. Die jeweils gültige Fassung ist auf www.loewenherzfitness.at/covid19 abrufbar und liegt in den Räumlichkeiten des Unternehmens für jeden zugänglich auf.

2. Risikoabschätzung

2.1 Infektion über Aerosole

Für das Infektionsrisiko in Innenräumen sind folgende Parameter als Einflussgrößen für die Übertragung mit Aerosolen heranzuziehen (vgl. Zeit Online: „So hoch ist die

Ansteckungsgefahr mit der Mutante in Innenräumen', aktualisiert am 01.04.21, abrufbar unter: <https://bit.ly/3yaDTfL>):

Raumgröße (Fläche, Volumen)

Aufenthaltsdauer

Personenanzahl

Verwendung einer Mund-Nase-Abdeckung

Lüftung

Rededauer, Lautstärke (iSv Intensität der Respiration)

Angewendet auf unsere Customer Journey (siehe 3.) lässt sich faktisch feststellen, dass vier von sechs Parametern aktiv durch entsprechende Regelungen und Maßnahmen so gestaltbar sind, dass das Infektionsrisiko maßgeblich gesenkt werden kann (fett gedruckt).

2.1 Infektion über Tröpfchen

Deutlich nachrangig, aber ebenfalls relevant, ist das Infektionsrisiko über direkte Tröpfcheninfektion, für das folgende Parameter betrachtet werden müssen:

Abstände zwischen Personen

Anzahl der Kontakte zwischen Personen

Angewendet auf unsere Customer Journey (siehe 3.) lässt sich faktisch feststellen, dass alle Parameter aktiv durch entsprechende Regelungen und Maßnahmen so gestaltbar sind, dass das Infektionsrisiko maßgeblich gesenkt werden kann (fett gedruckt).

2.3 Infektion über Kontaktübertragung

Zuletzt gilt es, das Infektionsrisiko über indirekte Kontaktübertragung (via kontaminierte Oberflächen) zu betrachten, das nach aktuellen Erkenntnissen mit wenigen Ausnahmen (bspw. in unmittelbarer Umgebung einer hochinfektiösen Person in medizinischer Betreuung) vernachlässigbar relevant ist, für das aber grundsätzlich folgende Parameter betrachtet werden müssen:

Anzahl und Art der Kontakte zu potenziell kontaminierten Oberflächen

Verfügbarkeit von Desinfektionsmöglichkeiten

Angewendet auf unsere Customer Journey (siehe 3.) lässt sich faktisch feststellen, dass alle Parameter aktiv durch entsprechende Regelungen und Maßnahmen so gestaltbar sind, dass das Infektionsrisiko maßgeblich gesenkt werden kann (fett gedruckt).

Nachfolgend findet sich eine Zusammenfassung der aktuell gültigen Regelungen im laufenden (Trainings-) Betrieb, um für alle der genannten Übertragungswege die jeweiligen Parameter optimal zu gestalten und als Konsequenz eine größtmögliche Reduktion der Infektionswahrscheinlichkeit sicherzustellen.

3. Regelungen zum Verhalten vor, während und nach dem Training (Customer Journey)

Die hiernach beschriebenen Regelungen zum Verhalten vor, während und nach dem Training stellen auf die in der Risikoabschätzung zusammengefassten Parameter ab, wobei hier vor allem die Regelungen während dem Training eine besondere Wichtigkeit trifft, da sie das Infektionsrisiko unmittelbar beeinflussen. Die Orientierung an der Customer Journey wurde auf Basis der Empfehlungen des Österreichischen Instituts für Schul- und Sportstättenbau vorgenommen. Es besteht ein Konsens unter allen verantwortlichen MitarbeiterInnen, dass das ausnahmslose Einhalten der Regelungen höchste Wichtigkeit genießt und ein wiederholter Verstoß, auch unter Hinweis auf die geltende Hausordnung, einen sofortigen Ausschluss vom Training sowie Verweis aus dem Trainingszentrum nach sich zieht. Darüber hinaus sind alle MitarbeiterInnen angehalten, Personen mit offensichtlich eingeschränkter Gesundheit oder eindeutigen Symptomen (Husten, Schnupfen, Fieber, usw) die Teilnahme am Training zu ihrer eigenen Sicherheit und der Sicherheit anderer zu verweigern (auch dazu findet sich in der bestehenden Hausordnung ohnedies der entsprechende Passus).

3.1 Vor dem Training

Information: Die KundInnen sind immer über die aktuell geltenden Regeln zur Covid-19 Prävention per Email-Aussendung informiert. Das betrifft insbesondere die relevanten Informationen zu Zutrittsregelungen, zu Präventionsmaßnahmen während des (Trainings-)Aufenthalts im Trainingszentrum (siehe 3.2) und im Verdachtsfall einer das Trainingszentrum betreffenden Infektionskette (siehe 4.), wobei im letzteren Fall auch eine telefonische Kontaktaufnahme angezeigt sein kann (in Abstimmung mit der zuständigen Gesundheitsbehörde).

Anmeldung (Contact Tracing): Ein (Trainings-)Aufenthalt im Trainingszentrum ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Diese erfolgt für alle Bestandskunden via Eversports App (CRM Tool des Unternehmens). Weitere Personen (z.B. für ein Probetraining, Personal Training, Seminar usw.), die sich im Trainingszentrum aufhalten, werden elektronisch oder schriftlich mit Kontaktdaten (Name, Telefon, Email) erfasst, wobei die in der Datenschutzerklärung (abrufbar auf www.loewenherzfitness.at) geltenden Bestimmungen zum Schutz der Daten, zusätzlich zu den gesetzlichen Vorgaben, sinngemäß anzuwenden sind. Unangemeldete Aufenthalte im Trainingszentrum sind nur in Ausnahmefällen gestattet (z.B. Gefahr im Verzug) und

werden nach Möglichkeit schriftlich in einer Liste ebenfalls mit den notwendigen Kontaktdaten erfasst.

Ankunft im Trainingszentrum: KundInnen sind angehalten, den Aufenthalt im Trainingszentrum so kurz wie möglich zu gestalten, d.h. mit möglichst wenig Vorlaufzeit anzureisen. Im Eingangsbereich befindet sich ein Informationsaushang mit allen aktuell relevanten Präventionshinweisen (z.B. Zutrittsregelung) sowie eine Händedesinfektionsstation. Der Eingangsbereich ist nach Möglichkeit (Witterung) offen gestaltet (LKW-Tor durchgängig offen), sodass eine Gruppenbildung vermieden werden kann. KundInnen sind angehalten, bereits in Sportbekleidung zum Training zu erscheinen, sodass sie sich in Vorbereitung auf die Trainingseinheit im Idealfall im Freien, ansonsten aber jedenfalls im (offenen) Eingangsbereich (Lounge, WUP-Area) aufhalten, um eine Durchmischung mit den anwesenden Trainingsgruppe zu vermeiden und vermeidbare Kontakte zu reduzieren.

3.2 Während dem Training

Während des gesamten Aufenthalts im Trainingszentrum gelten für alle Personen ausnahmslos die nachfolgenden Regelungen (zusätzlich zur Hausordnung).

Pflicht zum Tragen einer FFP2-Maske in allen Bereichen, v.a. wo sie nicht hinderlich ist (Warmup/Cooldown, Aufenthaltsräume, beim Her- und Wegräumen von Trainingsequipment). FFP2-Masken sind von KundInnen grundsätzlich selbst mitzubringen, es befindet sich aber immer eine Reserve vor Ort, sodass KundInnen, MitarbeiterInnen oder andere Personen ggf. damit ausgestattet werden können. MitarbeiterInnen tragen unabhängig von der behördlichen Vorgabe während der von ihnen angeleiteten Trainingseinheiten eine FFP2-Maske, da sie naturgemäß bei der Anleitung teilweise keinen Abstand einhalten können und es zu einer Vielzahl an Kontakten kommt.

Einhaltung eines 2m-Abstands während des Trainings zu anderen Personen, die nicht aus dem gleichen Haushalt kommen (Ausnahme: Bei Gefahr im Verzug oder wo es räumlich kurzfristig nicht anders möglich ist, z.B. in Gängen). Zur Unterstützung dienen Bodenmarkierungen, die den KundInnen eine für sie reservierte Trainingsfläche abgrenzen, innerhalb derer sie sich während der Sportausführung aufhalten, sodass die Mindestabstände gewährleistet sind. MitarbeiterInnen sind angewiesen, die Abstände maximal zu gestalten, d.h. bei einer submaximalen Auslastung einer Trainingseinheit werden die KundInnen so auf die Trainingsfläche aufgeteilt, dass die Abstände größtmöglich sind; speziell im Ausdauertraining, das aufgrund der höherer Respiration natürlich unweigerlich ein höheres Infektionsrisiko induziert.

Lüften: Um den Luftaustausch bestmöglich zu gestalten, wird in Abhängigkeit der Witterungsverhältnisse entweder mit offenen Eingangsbereichen (2 LKW-Tore vollständig geöffnet), teiloffenen Eingangsbereichen (1 LKW Tor ganz oder 2 LKW Tore teilweise geöffnet) oder regelmäßigem Stoßlüften (mind. 10min pro 60min, bei Ausdauertrainings und hoher Auslastung öfter) trainiert. Außerhalb der Trainingszeiten wird auf allen Flächen nach Möglichkeit quergelüftet. Im Obergeschoss (Umkleiden, Sanitäräumlichkeiten) wird die mechanische Lüftungsanlage während der Trainingszeiten auf höchster Stufe betrieben, um einen maximalen Luftaustausch zu gewährleisten.

Hygienemaßnahmen: Neben dem Eingangsbereich gibt es in beiden Trainingsbereichen eine Desinfektionsstation, die KundInnen und MitarbeiterInnen während des Trainings einen einfachen Zugang zu regelmäßiger Handdesinfektion ermöglicht. KundInnen sind darüber hinaus über Informationsaushänge und durch direkte Ansprache der MitarbeiterInnen angehalten, vor, während und nach dem Training die Hände zu waschen bzw. fachgerecht zu desinfizieren (mind. 30 Sekunden), sich an die Hust- und Niesetikette zu halten sowie benutztes Equipment vor Rückgabe ebenfalls fachgerecht zu desinfizieren. Die entsprechenden Reinigungs- und Desinfektionsmittel sind in ausreichender Menge vorhanden, der fachgerechte Umgang wird von den MitarbeiterInnen angeleitet und kontrolliert. Darüber hinaus sind KundInnen angehalten, ein eigenes Handtuch zum Training mitzubringen und dieses (oder eine Matte) für Bodenübungen zu nutzen, sodass ein In-Kontakt-Kommen mit am Boden befindlichen Partikeln minimiert und auf Einmal-Tücher in den Sanitäräumlichkeiten aus Umweltschutzgründen verzichtet werden kann. Gegenstände, die eine hohe Kontaktdichte aufweisen (wie z.B. Türklinken, Külschrank, Sanitäreinrichtungen) werden täglich bzw. anlassbezogen desinfiziert. Entsprechende Desinfektionsmittel stehen ausreichend zur Verfügung.

Benutzung der Umkleiden und Sanitäreinrichtungen: Die Benutzung der Umkleiden und Sanitäreinrichtungen ist nach Maßgabe der aktuell geltenden Bestimmungen uneingeschränkt möglich, wobei KundInnen angehalten sind, bereits in Sportbekleidung zum Training zu erscheinen, sodass ein Aufenthalt in den Umkleide- und Sanitäräumlichkeiten entweder vermieden oder sehr kurz gehalten werden kann.

Reduktion der Kontakte: Die Gestaltung des Trainings erfolgt nach Möglichkeit so, dass eine Vermischung unterschiedlicher Trainingsgruppen möglichst ausgeschlossen wird. Das beinhaltet, dass grundsätzlich alle KundInnen ihr eigenes Equipment benutzen, sich dieses nicht mit anderen teilen, das für ihr Training notwendige Equipment zu Beginn der Trainingseinheit in den für sie markierten Bereich holen und – nach Maßgabe der Verfügbarkeit – erst zum Ende der Trainingseinheit desinfiziert wieder retour stellen.

MitarbeiterInnen achten speziell darauf, dass in den gemeinschaftlich genutzten Bereichen (z.B. beim Holen und Zurückstellen von Equipment) die Abstände eingehalten werden und benutztes Equipment fachgerecht desinfiziert wird.

3.3. Nach dem Training

KundInnen sind angehalten, den weiteren Aufenthalt nach dem Training so kurz wie möglich zu gestalten. Um dies zu ermöglichen, achten MitarbeiterInnen auf einen geregelten Ablauf während des Gruppenwechsels und halten KundInnen an, nach dem Training sich so rasch wie möglich in den Outdoor Bereich vor den Eingang zu begeben, wo nach Maßgabe der aktuell gültigen Bestimmungen noch ein Cooldown oder die Konsumation von gekauften Getränken oder Snacks möglich ist. Um die Anzahl der Kontakte so gering wie möglich zu halten, werden KundInnen darauf hingewiesen, auch in diesem Bereich die Abstände einzuhalten, nach Möglichkeit innerhalb ihrer Trainingsgruppe zu bleiben und den unmittelbaren Eingangsbereich für nachkommende KundInnen frei zu halten. Entsprechende Sitz- und Ablagegelegenheiten outdoor unterstützen ggf. dabei, die beiden Bereiche zu trennen.

4. Regelungen zum Verhalten bei Auftreten einer SARS-CoV-2-Infektion

4.1. Kommunikationskette

KundInnen und MitarbeiterInnen sind angehalten, eine bekannt gewordene Information unverzüglich zu melden. Im Falle einer solchen Meldung wird unmittelbar die zuständige Gesundheitsbehörde (1450 und Gesundheitsamt Stadt Graz) in Kenntnis gesetzt. Die für die Identifikation der Infektionskette notwendigen Informationen (Contact Tracing) sind aus dem verwendeten Buchungssystem Eversports oder über die elektronisch/schriftlich registrierten Kontaktdaten externer BesucherInnen abrufbar und können der zuständigen Behörde auf Nachfrage unmittelbar zur Verfügung gestellt werden. Die Entscheidung, inwieweit potenzielle Kontaktpersonen (KundInnen) informiert werden, obliegt grundsätzlich der zuständigen Gesundheitsbehörde. Unabhängig davon sieht das vorliegende Präventionskonzept vor, potenziell betroffene MitarbeiterInnen umgehend zu informieren und in eine freiwillige Selbstquarantäne zu empfehlen bzw. zumindest unmittelbar von Tätigkeiten mit KundInnenkontakt abzuziehen, bis eine Verwicklung in die Infektionskette ausgeschlossen werden kann.

4.2 Laufender Trainingsbetrieb

Sofern möglich und von der zuständigen Gesundheitsbehörde nicht anders vorgeschrieben, bleibt der laufende Trainingsbetrieb davon unberührt.

4.3 Analyse und Aufarbeitung

Nach Möglichkeit wird auf Basis der verfügbaren Informationen zum Infektionshergang das vorliegende Präventionskonzept adaptiert, um einen Beitrag zur Verhinderung ähnlicher Infektionsfälle zu leisten.

5. Information und Schulung der MitarbeiterInnen in Bezug auf Präventionskonzept, Hygienemaßnahmen und Eigenschutz

5.1 Information

Die MitarbeiterInnen sind über die jeweils aktuelle Fassung des vorliegenden Covid-19 Präventionskonzepts informiert und haben dieses vollinhaltlich zur Kenntnis genommen. Alle darin enthaltenen Maßnahmen und Regelungen wurden im Konsens erarbeitet sowie offene Fragen im Team besprochen. Bei Unklarheiten sind die benannten Covid-19 Beauftragten als Ansprechpersonen unmittelbar verfügbar.

5.2 Eigenanspruch

Alle MitarbeiterInnen sind sich einig, dass dem Eigenschutz, dem Schutz der KollegInnen und dem Schutz der KundInnen allerhöchste Priorität eingeräumt wird. Als verantwortungsbewusste ProfessionistInnen fühlen wir uns zu einem Höchstmaß an Eigenverantwortung, Disziplin und Vorbildwirkung im Zusammenhang mit den nachstehenden Maßnahmen zu Hygiene und Eigenschutz verpflichtet.

5.3 Hygiene und Eigenschutz

Zu den obligatorischen Maßnahmen iZm Hygiene und Eigenschutz am Arbeitsplatz zählen:

das Tragen einer (frischen) FFP2-Maske während des direkten KundInnenkontakts und beim gemeinsamen Aufenthalt mit KollegInnen, wo es auf Basis der aktuellen Verordnung erforderlich und unabhängig davon zielführend ist (bspw. bei einem Teammeeting im Büro) für alle MitarbeiterInnen. Ausreichend FFP2-Masken werden vor Ort zur Verfügung gestellt.

die Einhaltung der jeweils gültigen Abstandsregeln zu anderen Personen, wobei das kurzfristige Unterschreiten aus Sicherheitsgründen (bspw. beim Coachen) oder aufgrund örtlicher Gegebenheiten (bspw. in Gängen oder im Büro) in Kauf zu nehmen ist.

das regelmäßige Waschen und fachgerechte Desinfizieren der Hände (mind. 30 Sek.), insbesondere vor, während und nach dem Coachen bzw. direktem KundInnenkontakt. Ausreichend Desinfektionsmittel wird vor Ort zur Verfügung gestellt.

die Einhaltung der gängigen Hust- und Niesetiquette.

der verantwortungsvolle Umgang mit Flächendesinfektionsmittel und Reinigungsmitteln gemäß Einschulung und Anwendungshinweisen.

das konsequente Nichterscheinen am Arbeitsplatz bei Krankheit und die zeitnahe Information der Geschäftsführung bei Auftreten von Symptomen, die auf einen Covid-19 Verdachtsfall schließen könnten.

ein freiwilliges, regelmäßiges Testen auf Covid-19 im Rahmen der öffentlich und kostenlos zur Verfügung stehenden Testmöglichkeiten (Teststraße, Apotheke), v.a. rund um Tätigkeiten mit direktem KundInnenkontakt (Coaching von Trainingseinheiten).

die freiwillige, ehestmögliche Inanspruchnahme eines Termins für eine Covid-19-Schutzimpfung / Auffrischung.

6. Benennung der Covid-19 Beauftragten

Mit Wirkung vom 19.5.21 sind folgende Personen als Covid-19 Beauftragte benannt:

Martin Mader, MSc

Geschäftsführer

martin@loewenherzfitness.at

+43 6764949786

Dipl.-Ing. Lukas Kitzberger, MSc

Geschäftsführer

lukas@loewenherzfitness.at

+43 6644646402

7. Wichtige Zusatzinformationen

Lokal zuständige Gesundheitsbehörde ist das Gesundheitsamt der Stadt Graz, erreichbar unter Tel: +43 316 872-3202, gesundheitsamt@stadt.graz.at und

<https://www.graz.at/cms/beitrag/10015584/7746915/Gesundheitsamt.html>.