

## U16-Kids-Langlauftraining Leuggelbach

Sonntag 17.Januar 2021

Ab auf die schmalen Latten! Langlaufen ist cool, Langlaufen macht Spass, es hält dich fit und ist die perfekte Ergänzung im Winter zum Velo. An diesem Sonntag liegt hoffentlich genügend Schnee, somit ist dies der ideale Anlass um ungezwungen langlaufen zu gehen. Wie immer soll auch bei diesem RBT-Training der Spass im Vordergrund stehen. Coronabedingt richtet sich dieses Training an unter 16-Jährige.

STRECKE	Leuggelbach bis Luchsingen
ZEITPLAN	10.00 Besammlung in Leuggelbach (Beim Bahnhof) 10.05 Begrüssung auf der Loipe und Aufteilen in zwei Alters- und Stärkegruppen 10.10 Start 12.00 Ende Langlaufen



MATERIAL	In diesem Jahr verteilen wir kein Material jeder bringt seine Langlaufausrüstung selbst mit.
SONSTIGES	Sollte sehr schlechtes Wetter sein oder kein Schnee liegen wird der Event um eine Woche verschoben auf den 24.Januar 2021. Infos zur Durchführung findest Du auf unserer Website. Infos zum Loipenzustand: <a href="http://www.leuggelbach.com">http://www.leuggelbach.com</a>
KOSTEN	Es entstehen keine Kosten für die Teilnehmenden. Unter 16 Jährige benötigen keinen Langlaufpass auf dem Töditritt.
ANMELDUNG	Nicht unbedingt notwendig, bin jedoch froh, wenn ich in etwa weiss wer kommt.

## Corona bedingte Informationen

Folgende Grundsätze müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

**Das Training richtet sich primär an Kinder und Jugendliche, welche das 16. Altersjahr noch nicht erreicht haben. Erwachsene und über 16-Jährige dürfen im Rahmen als Leiter und Hilfsleiter teilnehmen.**

Für über 16 Jährige gilt das Verbot, sie dürfen sich selbstverständlich frei wie alle anderen auf der Langlaufloipe Töditritt bewegen. Ansammlungen von mehr als 5 Personen sind für über 16-Jährige jedoch unbedingt zu vermeiden. Masken müssen dort getragen werden wo der Abstand von 1.5 Metern nicht eingehalten werden kann.

### 1. Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

### 2. Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten.

**Bund verstärkt Massnahmen gegen das Coronavirus** 18.12.2020

Ab 22. Dezember gilt neu schweizweit:

	<b>Geschlossen:</b>	 Museen	 Zoos und botanische Gärten
	Restaurants und Bars	 Sportbetriebe und -anlagen	 Weitere Freizeit- und Unterhaltungsbetriebe

**Weniger Kundinnen und Kunden in Läden**  
Strengere Kapazitätsbeschränkung; weiterhin geschlossen ab 19 Uhr sowie an Sonn- und Feiertagen.

**Dringende Empfehlung: Bleiben Sie zu Hause**  
Kontakte auf Minimum reduzieren; verzichten Sie auf nicht notwendige Reisen und Ausflüge.

**Weiterhin gilt:**

 Ausgedehnte Maskenpflicht	 Gemeinsamer Gesang nur in Familie und Schule
 Private Treffen mit max. 10 Personen	 Homeoffice (Empfehlung)
 Treffen im öffentlichen Raum mit max. 15 Personen	 Zwei-Haushalte-Regel (Empfehlung)
 Max. 5 Personen bei Sport und Kultur	 Regeln für Skigebiete
 Ausnahmen für unter 16-Jährige (Sport/Kultur)	 Kantone können bei guter Lage Schliessungen lockern
 Fernunterricht an Hochschulen	 Handhygiene beachten
 Kontakte reduzieren	 Abstand halten
 Maske tragen	

Schweizerische Eidgenossenschaft Confédération suisse Confederazione Svizzera Confederaziun Svizra Swiss Confederation  
Bundesrat Council of States Consiglio Federale Federal Council

Deine Teilnahme würde uns sehr freuen, für allfällige Fragen stehe ich Dir jederzeit gerne zur Verfügung:  
Samuel Schindler 079 628 13 16, [sschindler@rbt.gl](mailto:sschindler@rbt.gl)