



Corona-Pandemie

Übergangsregeln zur Wiederaufnahme des vereinsinternen Sportbetriebs am Gießener Ruderclub Hassia 1906 e.V.- aktualisierte Version vom 5. Juli 2021.

Mit Wirkung vom 5. Juli 2021 gelten im Ruderclub „Hassia“ 1906 e.V. folgende Regeln im Sportbetrieb auf dem Vereinsgelände und im Bootshaus des Ruderclubs:

#### **Grundregeln (Kurzfassung)**

**Der Sport am Verein nur nach Voranmeldung gemäß den Regeln des Vereins möglich. Bei Rückfragen können Mitglieder sich an [info@rc-hassia.de](mailto:info@rc-hassia.de) wenden.**

**Sport ist in Mannschaftsbooten möglich.**

**Auf dem Vereinsgelände gilt: Mindestabstand von 1,50 Meter, Hygieneregeln einhalten.**

**Es wird empfohlen bereits umgezogen am Verein zu erscheinen. Umkleiden und Duschen sind eingeschränkt nutzbar.**

**Kraftraum ist unter gesonderten Bestimmungen eingeschränkt nutzbar. Sozialräume bleiben geschlossen.**

#### **1) Risiken in allen Bereichen minimieren**

- a. Athleten und Betreuer dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen nicht am Training teilnehmen, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt anrufen und dessen Anweisungen befolgen; das gilt auch für Begleitpersonen. Die Trainingsgruppe oder andere Kontakte sind umgehend zu informieren. Das Benutzen von Gemeinschaftseinrichtungen und Trainingsräumen ist nicht gestattet.
- b. Training ist nicht sinnvoll, wenn Krankheitssymptome bestehen.
- c. Typische Krankheitssymptome sind Fieber, trockener Husten, Geruchs- sowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, leichter Durchfall, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit
- d. Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Freizeitsportangeboten ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. Risikogruppen im Sinne der Empfehlungen des RKI sollen keiner besonderen Gefährdung ausgesetzt werden.

#### **2) Distanzregeln einhalten**

Grundsätzlich besteht beim Rudern/Kanufahren nur ein geringes Ansteckungsrisiko. Das Risiko kann sekundär durch die Nähe zu Trainingspartnern oder Fahrtenmitgliedern erhöht werden. Es ist daher darauf zu achten, den Mindestabstand von 1,5 m bei der Interaktion auf dem Bootshausgelände einzuhalten, insbesondere bei der Materialpflege und beim Zuwasserlassen der Boote.

#### **3) Körperkontakte auf das Minimum reduzieren**

- a. Rudern/ Paddeln ist eine kontaktlose Sportart. Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen, „Abklatschen“ oder Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.
- b. Wir empfehlen das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes außerhalb des Bootes und für Betreuer und Begleitpersonen. Den Anweisungen der zuständigen Betreuer ist gesondert Folge zu leisten.



#### **4. Persönliche Hygieneregeln einhalten**

- a. Waschen Sie Ihre Hände häufig und mindestens dreißig Sekunden lang mit Seife und Wasser. Berühren Sie Ihr Gesicht nicht mit den Händen.
- b. Griffe der vereinseigenen Skulls und Paddel sind nach dem Training desinfizierend und intensiv zu reinigen. Hierzu werden durch den Verein geeignete Reinigungsmittel und Einmaltücher bereitgestellt.

#### **5) Umkleiden und Duschen**

Es wird empfohlen bereits umgekleidet am Bootshaus zu erscheinen. Umkleiden sind begrenzt zugänglich, der Zugang ist in der Männer Umkleide mit maximal 5 Personen, in der Damen Umkleide mit maximal 3 Personen gleichzeitig möglich. Duschen dürfen ausschließlich einzeln genutzt werden. Gesonderte Anweisungen gelten und sind am Bootshaus ausgehängt.

Die Nutzung von Gemeinschaftsräumen des Bootshauses ist bis auf weiteres nicht erlaubt.

#### **6) Trainings- und Fahrtengruppen / Nutzungsplanung**

Dem Sportbetrieb liegt eine Nutzungsplanung zugrunde. Insbesondere der Individualsport sowie das Training individueller Trainingsgruppen ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich.

Mehrere Trainingsgruppen dürfen zeitgleich trainieren, wenn hierbei die Abstandsregeln zwischen den Gruppen eingehalten werden.

Das Training und die Trainingsgruppen sind zu dokumentieren (Fahrtenbuch) und die Teilnehmer sind zu erfassen, um im Falle von Infektionen Kontakte nachvollziehen zu können.

#### **7) Kraftraum**

Der Kraftraum unterliegt gesonderten Nutzungsvereinbarungen (Kraftraum Hygienekonzept), die individuell vom Nutzer zu unterzeichnen sind.

#### **8) Wettkampftätigkeit und Sportveranstaltungen**

Eine Teilnahme an Wettkämpfen ist abhängig von den zum Zeitpunkt des Wettkampfes am Wettkampfort gültigen Regularien.

#### **9) Sportstättennutzung**

Grundsätzlich sind die Verhaltensregeln einzuhalten (z.B. vor dem Training Hände waschen).

Sportstätten sind grundsätzlich geöffnet.

Toiletten und Bootshallen können betreten und genutzt werden, wobei die Aufenthaltsdauer in den Räumen so kurz wie möglich zu halten ist. Das Tragen von Mund- und Nasenschutz ist Pflicht innerhalb des Gebäudes sofern sich mehrere Personen dort gleichzeitig aufhalten. Abstandsregeln sind zu beachten.

Vorstandszimmer, Werkstatt, Heizungs- und Nebenräume dürfen nur durch vom Vorstand legitimierte Personen betreten werden.

Die Toilettenräume dürfen nur einzeln aufgesucht werden.



## **10) Veranstaltungen und Feste**

Veranstaltungen müssen grundsätzlich vorab vom Vorstand genehmigt werden und die entsprechenden gültigen Verordnungen des Landkreises, Landes und Bundes eingehalten werden.

## **11) Hygieneplan**

Der Verein stellt einen Hygieneplan auf. Hygienemaßnahmen werden dokumentiert.  
Wir bitten alle Vereinsmitglieder nochmals darum, die oben definierten Verhaltensregeln sehr ernst zu nehmen.

Der Vorstand  
RC Hassia 1906 e.V.  
Gießen, 5. Juli 2021