



Corona-Pandemie

**Nutzungs- und Verpflichtungserklärung für den Fitnessraum des Gießener Ruderclub „Hassia“ 1906 e.V.  
Stand: 01.06.2021**

Dieser Hygieneplan ist für die Nutzung des Kraft-/Fitnessraumes verbindlich. Mit dem Unterschrift unter dieses Dokument und dem Betreten des Kraftraumes erkennen die Nutzer diese Regeln an.

1. Gesunderhaltung und Infektionsvermeidung haben oberste Priorität.
2. Sportler\*innen mit Krankheitssymptomen haben dem Sportbetrieb fernzubleiben. Die Sportler\*innen (bzw. bei Minderjährigen die Eltern) verpflichten sich nur in symptomfreiem und gesundem Zustand zum Training zu erscheinen.
3. Das Training ist nur mit **Voranmeldung per e-mail** möglich. Der aktuelle Planungsstand wird über e-Mail mit link zur Mangentacloud mitgeteilt.
4. Die Sportler\*innen müssen sich bei jeder Nutzung des Raumes mit Datum, Uhrzeit und Name in das **Logbuch** eintragen. Die gebuchten Zeiten sind unbedingt einzuhalten.
5. Im Kraft-/Fitnessraumes ist nur ein Sportler\*in (Einzelnutzung) in erlaubt.
6. Der Kraft-/Fitnessraum darf **nur bei geöffneten Fenstern** benutzt werden.
7. Die Bootshausnutzung ist in der gesonderten Übergangsordnung geregelt und ist Bestandteil dieser Vereinbarung.
8. Vor und nach dem Betreten des Kraft-/Fitnessraumes müssen die Hände desinfiziert werden. **Händedesinfektion ist durch den Sportler mitzubringen** und wird nicht durch den Verein bereitgestellt.
9. Zum Training muss ein eigenes, frisch gewaschenes, großes Handtuch mitgebracht werden. Dies dient zur Abdeckung der Kontaktflächen.
10. Die Kontaktflächen aller Sportgeräte sind **nach dem Training mit Seifenlauge zu reinigen oder zu desinfizieren**. Die Ergometer sind zu desinfizieren (Griffe und Sitzflächen). Mittel stehen dafür bereit.
11. Nach dem Training ist mindestens 15 Minuten zu lüften.
12. Der Vorstand versucht für alle Interessenten die Nutzung zu ermöglichen, es besteht jedoch kein Anspruch auf Nutzung des Kraft-/ Fitnessraumes des Vereins.
13. Situationsbedingt kann eine Beschränkung der beschriebenen Nutzungsmöglichkeiten erforderlich werden. Allen Anweisungen der Trainer und des Vorstandes ist Folge zu leisten.

Hiermit verpflichte ich mich die obengenannten Nutzungsregeln einzuhalten. Mir ist bekannt, dass ich bei Nichtbefolgung von der Nutzung des Kraft-/ Fitnessraums ausgeschlossen werden kann.

---

Ort, Datum      Name, Vorname

Unterschrift

(bei minderjährigen Unterschrift  
der Erziehungsberechtigten)