



Corona-Pandemie

Übergangsregeln zur Wiederaufnahme des vereinsinternen Sportbetriebs am Gießener Ruderclub Hassia 1906 e.V.- aktualisierte Version vom 16. Januar 2022.

Mit Wirkung vom 16. Januar 2022 gelten im Ruderclub „Hassia“ 1906 e.V. folgende Regeln im Sportbetrieb auf dem Vereinsgelände und im Bootshaus des Ruderclubs:

Grundregeln (Kurzfassung)

Sportausübung im Freien nur mit gültigem 2G-Nachweis

Zutritt zu den Sportstätten (Vereinsheim, Kraftraum, Bootshallen) ist nur mit einem gültigen **2G-Plus-Nachweis** erlaubt.

Maskenpflicht in Gedrängesituationen (drinnen und draußen)

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.

Jugendraum ist nur unter 2G-Plus-Bedingungen nutzbar (Testheftnachweis von Schüler*innen gilt NICHT).

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.

3) Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

- a. Rudern/ Paddeln ist eine kontaktlose Sportart. Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen oder Verabschiedungen sollten ohne Berührungen erfolgen.
- b. In Gedrängesituationen (dort wo ein Mindestabstand nicht eingehalten werden kann) ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen. Dies gilt nicht für die Zeit der Sportausübung.

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) Trainings- und Fahrtengruppen / Nutzungsplanung

Dem Sportbetrieb liegt eine spartenspezifische Nutzungsplanung zugrunde.

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.

Bei Trainings von Gruppen sind die Übungsleiter/Betreuer für die Einhaltung der Coronaregeln verantwortlich.

6) Wettkampftätigkeit und Sportveranstaltungen

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

7) Vereinshausnutzung

Zutritt zu dem Vereinshaus und den **Umkleiden** nur mit **2G-Plus-Nachweis*¹** oder **Testheftnachweis für Schüler*innen*²**

*¹: Negativnachweis nach §3, Absatz 1, Satz 1, Nr.1 oder 2 der Hessischen Coronavirusschutzverordnung

*²: gemäß §3, Absatz 1, Satz 1, Nr.5 der Hessischen Coronavirusschutzverordnung

Mund- und Nasenschutz ist zu tragen, wenn Mindestabstände nicht eingehalten werden können.

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

8) 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. Nur jede zweite Dusche darf genutzt werden (Mindestabstand!). Gesonderte Anweisungen gelten und sind am Bootshaus ausgehängt.

9) Jugendraum

Der Jugendraum ist nur unter der **2G-Plus-Regel** (Nachweis geimpft, genesen) für im vereinseigenen Coronaregister eingetragene Mitglieder nutzbar (**Testheftnachweis von Schüler*innen gilt hier NICHT als 2G-Nachweis**).

In Situationen in denen ein Mindestabstand nicht eingehalten werden kann ist Mund-Nasenschutz zu tragen.

10) Kraftraum

Der Kraftraum unterliegt gesonderten Nutzungsbedingungen (Kraftraum Hygienekonzept).

11) Veranstaltungen und Feste

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

12) 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, 16. Januar 2022