

Zur Ergänzung der Ruderordnung erlässt der Vorstand des Rudersport-Clubs Rosenheim folgende

Hygiene-Ordnung Corona

Liebe Mitglieder,

die Vierzehnte Bayerische Infektionsschutzmaßnahmenverordnung erlaubt uns wieder unabhängig von der Inzidenz im Freien einen uneingeschränkten Ruderbetrieb.

Die Befolgung der 3 G Regel ist derzeit für Sport im Freien nicht gesetzlich vorgeschrieben, sollte aber im Sinne der gegenseitigen Achtsamkeit freiwillig befolgt werden.

In der derzeit schnell veränderlichen Lage bitten wir Euch eigenständig über die, entsprechend der Krankenhausampel geltende Beschränkung zu informieren.

Für den Trainingsbetrieb des RSC-Rosenheim gelten bis auf Weiteres folgende Regeln zur Einhaltung des Hygienekonzepts, die auf Grundlage der Regeln des Deutschen Ruderverbandes erarbeitet wurden:

1. Bei Krankheitssymptomen darf nicht am Training teilgenommen werden

- a. Ruderer dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen das Vereinsgelände nicht betreten, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt anrufen und dessen Anweisungen befolgen; das gilt auch für Begleitpersonen. Die Trainingspartner oder andere Kontakte sind umgehend zu informieren. Das Benutzen von Gemeinschaftseinrichtungen und Sportgeräten 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

2. Distanzregeln und Schutzmaßnahmen

- a. Rudern ist eine kontaktlose Sportart. Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen oder Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.
- b. Auf dem Vereinsgelände und in der Bootshalle ist stets ein Abstand von mind. 1,5m zueinander zu wahren, insbesondere bei der Materialpflege und beim Transport der Boote.
- c. In der Bootshalle und im Vereinsheim muss eine medizinische Maske getragen werden.
- d. Die Kontaktnachverfolgung erfolgt anhand des Fahrtenbuchs.

3. Persönliche Hygieneregeln einhalten

- a. Vor und nach dem Training (möglichst zu Hause vor dem Losfahren) mindestens dreißig Sekunden lang mit Seife und heißem Wasser die Hände waschen.

- b. Die Griffe der Skulls sind nach dem Training intensiv zu reinigen. Dazu bitte das im Bootshaus bereitgestellte Desinfektionsmittel oder Seifenlauge nutzen.

4. Vereinsheim und Trainingsraum

- a. Das Vereinsheim darf nur mit medizinischer Maske betreten werden.
- b. Um Ansammlungen zu vermeiden, bitte die Trainingsbekleidung bereits zu Hause anziehen.
- c. Die Toiletten dürfen von jeweils einer Person genutzt werden.
- d. Die Duschen dürfen von jeweils einer Person genutzt werden, nach der Nutzung muss die Dusche gereinigt und gelüftet werden, bevor der nächste Nutzer eintreten darf.
- e. Die Küche darf mit mehreren Personen unter Einhaltung der 3G Regel und einem Mindestabstand von 1,5 m genutzt werden.
- f. Indoortraining darf mit max. 3 Personen stattfinden. Es gilt die 3G Regel und ein Mindestabstand von 1,5m. Während der Sportausübung, darf die Maske abgesetzt werden.
- g. Es dürfen jederzeit Trainingsgeräte (Ergometer / Hanteln etc.) entnommen und zum Training im Freien auf den beiden Terrassen des Vereinsheims genutzt werden.
- h. Nach der Benutzung der Sportgeräte sind alle Kontaktflächen intensiv zu reinigen. Dazu bitte das im Trainingsraum bereitgestellte Desinfektionsmittel oder Seifenlauge verwenden.