

Schutzkonzept und Regeln zur Wiederaufnahme des Sportbetriebs während der COVID-19 Pandemie

Die folgenden Regeln wurden auf Grundlage der angepassten Corona-Verordnung vom 18. Oktober 2020 des Landes Baden-Württemberg sowie auf Grundlage der Empfehlungen des Deutschen Ruderverbandes erstellt.

Das Rudern muss unter Einhaltung der nachfolgend genannten Regeln ab 19. Oktober 2020 stattfinden; und gilt bis auf weiteres.

Die nachfolgend genannten Regeln sind vorbehaltlich zukünftiger Anpassungen oder Auflagen durch die Behörden von Bund, Land (Baden-Württemberg) und/oder Kommune (Konstanz).

Präambel

Wir, der RV Neptun Konstanz, vertreten durch den Vorstand, ist ein Verein mit über 450 Mitgliedern. Wir setzen uns dafür ein, dass der Rudersport trotz der aktuellen COVID-19 Pandemie und behördlichen Verordnungen von allen/ möglichst vielen Mitgliedern betrieben werden kann.

Der RV Neptun erwartet weiterhin von allen Mitgliedern Solidarität, vorbildliches Verhalten, Disziplin und Geduld. Bei Beanstandungen können die Sporteinrichtungen des RV Neptun durch behördliche Anordnung geschlossen werden. Es werden keine Ausnahmeregeln für einzelne Sportler oder Sportgruppen erlassen. Die nachfolgend genannten Regeln gelten ausnahmslos für alle Mitglieder.

Es ist zu beachten, dass jedes Mitglied einem ggf. höheren Risiko einer Infektion mit SARS-CoV-2 durch seine Arbeit oder seinen Alltag ausgesetzt ist. Alle, die das Bootshausgelände nutzen und am Trainingsbetrieb teilnehmen, setzen sich durch die zusätzlichen Kontakte einem höheren Risiko der Ansteckung und Verbreitung des Virus aus. Dieses Risiko hat jeder für sich selbst abzuwägen und in eigener Verantwortung zu tragen. Bei Minderjährigen bedarf es dabei der Zustimmung der Erziehungsberechtigten.

Die Regelungen gelten für alle Mitglieder und Nutzer des Vereinsgeländes. Auch Fremdvereine, die das Vereinsgelände inkl. Steg benutzen, müssen sich an die Regeln halten.

1. Risiken in allen Bereichen minimieren

- a. Mitglieder dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen nicht an der Ausfahrt/ Training/ Treffen auf dem Vereinsgelände teilnehmen, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt anrufen und dessen Anweisungen befolgen; das gilt auch für Begleitpersonen. Die Trainingsgruppe/der Vorstand/andere Kontakte sind umgehend zu informieren.
- b. Personen, die sich in häuslicher Quarantäne befinden, ist die Teilnahme an der Ausfahrt/ Training/ Treffen auf dem Vereinsgelände und Betreten des Bootshauses untersagt.
- c. Typische Krankheitssymptome sind Fieber, trockener Husten, Geruchs- sowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, leichter Durchfall, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit.
- d. Mitglieder, die zuvor in einem vom Robert-Koch-Institut als Risikogebiet ausgewiesenen Staat/Gebiet das Vereinsgelände des RV Neptun betreten wollen, ist dies erst nach einer 14-tägigen Quarantäne gestattet ([Risikogebiete RKI-Liste](#)).

2. Distanzregeln einhalten und Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

- a. Der Mindestabstand von 1,5 m ist bei der Interaktion auf dem Vereinsgelände ständig einzuhalten, insbesondere bei der Materialpflege, dem Transport von Booten und Material in der Bootshalle und beim Einwassern der Boote, sowie im Kraftraum oder in der Interaktion im Clubraum bzw. Terrasse.
- b. Das Betreten des Steges erfolgt nur beim gemeinsamen Tragen zum Einsetzen/Herausnehmen des Bootes. Die maximale Anzahl an Personen auf dem Steg richtet sich nach dem Bootstyp, maximal jedoch 10 (8+ mit Trainer).
- c. Zu jedem Training sind ein persönliches Reinigungstuch (zur Reinigung der Sportgeräte) bzw. zwei saubere Handtücher (Kraftraum) sowie eine persönliche Mund-Nasen-Abdeckung mitzubringen.
- d. Die Mund-Nasen-Abdeckung muss auch während des Wassertrainings mitgeführt werden. In Bereichen, bei welchen der Abstand von 1,5m nicht eingehalten werden kann ist ein Mund-Nasen-Abdeckung zu verwenden.
- e. Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen, „Abklatschen“ oder Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.

3. Persönliche Hygieneregeln einhalten / Hygieneplan

- a. Übliche Hygieneregeln sind einzuhalten, wie häufiges Händewaschen (mind. 30s lang mit Seife und Wasser) und Vermeidung von Berührungen des Gesichts mit den Händen.
- a. Bei Betreten des Bootshauses hat sich jeder als erstes die Hände zu waschen. Husten- und Niesetikette sind einzuhalten. Möglichst ein Ins-Gesicht-fassen aktiv vermeiden.
- b. Für die persönliche Hautpflege ist jeder selbst verantwortlich.
- b. Die Waschbecken sind mit Flüssigseife und Einmalhandtüchern ausgestattet. Jedes Vereinsmitglied ist dafür verantwortlich, Reinigungsmittel und Handtücher wieder aus dem Bestand aufzufüllen, sollte dies notwendig sein.
- c. Bei Benutzung des Safes für Wertsachen ist der Schlüssel nach Verwendung zu reinigen/desinfizieren.
- d. Regelmäßiges Lüften aller Räumlichkeiten: der Erste, der das Bootshaus betritt, hat die Fenster der Sanitarräume zu öffnen. Der letzte schließt je nach Witterung entsprechend geöffnete Fenster.
- e. Regelmäßige Reinigung
 - mindestens 1x täglich von Tür- und Fenstergriffen, Lichtschaltern, der Tastatur / Maus am Fahrtenbuch, sowie auch der Stifte am jeweiligen Reinigungsplan
 - die durchgeführte Reinigungsarbeit/-umfang muss im Reinigungsplan dokumentiert werden (Datum, Uhrzeit, Name, Umfang). Der Reinigungsplan hängt am Infobrett.

4. Umkleiden und Duschen zu Hause, Wertsachen

- a. Wer zum Sport in den Verein kommt, sollte bereits fertig umgezogen sein.
- b. Die Umkleiden können unter Einhaltung folgender Regeln genutzt werden:
 - i. Die Verweilzeit in der Umkleide ist auf ein Minimum zu beschränken, d.h. schnelles umziehen und verlassen der Räumlichkeit; kein Essen in der Umkleide
 - ii. Es sollten sich möglichst wenige Personen in der Umkleide aufhalten
 - iii. Einhalten des Mindestabstandes von min. 1,5m (siehe entsprechende Markierungen auf dem Boden)
 - iv. Es dürfen keine Gegenstände auf oder unter den Spinden bzw. in der Umkleide gelagert werden.
 - v. Alle Sportbekleidung muss mitgenommen werden, es darf nichts zum Trocknen in den Umkleiden hängen
- c. Die Duschen können unter Einhaltung folgender Regeln genutzt werden:
 - i. Die Verweilzeit in der Dusche ist auf ein Minimum zu beschränken, d.h. schnelles Duschen und verlassen der Räumlichkeit
 - ii. Es sollten sich möglichst wenige Personen in der Dusche aufhalten (Damen = max. 2 Personen, Herren = max. 3 Personen)
 - iii. Einhalten des Mindestabstandes von min. 1,5m; es kann nur jede zweite Dusche genutzt werden

- iv. Es dürfen keine Gegenstände in der Dusche gelagert werden bzw. zum Trocknen aufgehängt werden
- d. Wertsachen können in den Safes deponiert werden; der Schlüssel vom Safe ist nach dem Rudern zu reinigen/desinfizieren.

5. Sportbetrieb / Rudern

- Besondere Hygienemaßnahmen beim Rudern
 - Jeder Sportler bringt zu jedem Training ein sauberes, frisch gewaschenes Reinigungstuch (zur Sportgerätereinigung) sowie eine persönliche Mund-Nasen-Abdeckung mit.
 - Nach dem Rudern, Ruder (Griffe der Skulls/Riemen), Rollsitze, Waschboard, Click-Ausleger gründlich mit Seifenwasser reinigen, und anschließend nochmals Händewaschen.
- Eine Ruder- oder Trainingsgruppe darf aus insgesamt **maximal 10 Personen**, inkl. Übungsleiter bestehen. Die Ruder-/ Trainingsgruppe sollte immer mit den gleichen Personen besetzt werden, um die Anzahl der Kontaktpersonen gering zu halten.
- Für jede Ausfahrt/ Trainingsmaßnahme ist eine **Person** zu benennen, die für die **Einhaltung der Grundsätze des Infektionsschutzes** verantwortlich ist; dies ist wie folgt definiert:
 - Renn- und Jugendsport: die Trainer der Trainingsgruppe
 - Alle anderen Boote: die Obfrau/ der Obmann des Boots
(im eFa kann die verantwortliche Person definiert werden, indem man auf die Nummer vor dem Namen klickt)
- Wassertraining ist in allen Booten gestattet. Bemerkung: Rudern nur in den für einen selbst freigegebenen Bootgruppen (siehe Ruderordnung)
- Wenn der Abstand von 1,5m nicht einhaltbar ist bzw. zum Schutz anderer ist einen Mundnasenschutz zu tragen.
- Die Dokumentation der Anwesenheit wird durch die **Eintragung ins Fahrtenbuch** festgehalten, **auch Motorbootfahrten** sind dort einzutragen. Die Ruderordnung inkl. Fahrtordnung und Bodensee-Schifffahrtsordnung sind weiterhin gültig. Die Eintragung ins elektronische Fahrtenbuch ist durch möglichst wenige (eine) Person vorzunehmen, um Kontaktflächenberührung zu reduzieren. Eintragungen für Kinder/Jugendliche werden daher grundsätzlich durch den Trainer oder eine von ihm beauftragte Person vorgenommen.
- Jedes Vereinsmitglied muss im Voraus buchen – unabhängig, ob es sich um eine Vereins- oder Fremdboot handelt.
Eine Buchungsliste steht online zur Verfügung (roter Reiter) : [LINK](#)
Jeder Zeit-Slot umfasst 110 min.
Die 110 min fangen mit Betreten des Vereinsgeländes an und gehen bis zum Verlassen. In den 110 min ist das Sportmaterial zu richten, die Ausfahrt selbst und abschließend das Sportmaterial zu reinigen sowie zu versorgen.

6. Sportbetrieb/ Kraftraum

- a. Besondere Hygienemaßnahmen im Kraftraum:
 - Jeder Aktive muss zwei Handtücher mitbringen, eins zum Schweiß aufnehmen, eins für die Kontaktfläche zwischen Körper und Trainingsgerät. Für Gymnastikübungen ist eine Iso-/Sportmatte mitzubringen, da die Bodenturnmatten aufgrund der Hygienerichtlinien nicht zur Verfügung stehen.
- b. Eine Trainingsgruppe darf aus insgesamt **maximal 4 Personen** und einem Übungsleiter/ Aufsichtsperson bestehen. Die Trainingsgruppe sollte immer mit den gleichen Personen besetzt werden, um die Anzahl der Kontaktpersonen gering zu halten. Bei Aktiven unter 18 Jahren muss eine Aufsichtsperson das Training beaufsichtigen.
- c. Für jede Trainingseinheit ist eine **Person** zu benennen, die für die **Einhaltung der Grundsätze des Infektionsschutzes** verantwortlich ist; dies ist wie folgt definiert:
 - Renn- und Jugendsport: die Trainer der Trainingsgruppe
 - Alle anderen ist jeder im Kraftraumbuch eingetragene Erwachsenen selbst verantwortlich
- d. Die Dokumentation der Anwesenheit ist Pflicht und wird durch die **Eintragung ins Kraftraumbuch** festgehalten. Die Ruderordnung inkl. Kraftraumordnung ist weiterhin gültig.
- e. Jedes Vereinsmitglied muss im Voraus buchen. Eine Buchungsliste steht online zur Verfügung (grüner Reiter): [LINK](#)
Jeder Zeit-Slot umfasst 60 Minuten im Kraftraum und schließt auch die Reinigung der Geräte mit ein. Es können maximal 4 Zeit-Slots pro Person und Woche gebucht werden
- f. Es muss mind. alle 20 min. für 5 min. gelüftet werden, am besten während dem Training die Terrassentür geöffnet lassen.
- g. Der **Abstand von 1,5m** muss auch im Kraftraum eingehalten werden, aufgrund dessen ist eine Hilfestellung bspw. beim Bankdrücken untersagt.
- h. Geräte inkl. Auflagen im Kraftraum sind vor und nach dem Benutzen zu desinfizieren.

7. Nutzung des Bootshauses / Vereinsgelände/ Clubraum

- a. Besondere Hygienemaßnahmen Clubraum:
 - Türgriffe, Tische und Tresen im Clubraum sind vor Öffnung und nach Schließung zu desinfizieren.
- b. Der Clubraum wird ab dem **19. Oktober, 2020** bis auf Weiteres nicht mehr bewirtet.
- c. Nutzung des Clubraums durch Rudergruppen ist mit dem Vorstand abzusprechen und bei Genehmigung sind folgende Regeln einzuhalten:
 - d. Es dürfen sich zu jeder Zeit **maximal 10 Personen** im Clubraum/ Terrasse aufhalten. Die Dokumentation der Anwesenheit wird durch die **Eintragung ins**

Clubraumbuch festgehalten und ist Pflicht für alle Personen im Clubraum oder auf der Terrasse.

- e. Der **Abstand von 1,5m** muss auch im Clubraum und Terrasse eingehalten werden, deshalb sind die Tische wie in den Bildern zu sehen ist aufgestellt:



- f. Es ist mind. alle 20min für 5min zu lüften, am besten immer eine Tür offen lassen.
- g. Es darf im Clubraum nicht gekocht oder Brezeln aufgebacken werden. Der Ausschank von Getränken ist erlaubt.
- h. Folgenden besonderen Aufgaben haben die bewirtenden Mitglieder:
- Beim Öffnen des Clubraums
 - Oberflächen und Türgriffe desinfizieren
 - Tischen und Stühle wie vorgesehen anordnen
 - Geschirrspüler einschalten
 - Beim Schließen des Clubraums
 - Alles Geschirr muss gespült und versorgt sein
 - Geschirrspüler ausschalten, Sieb gereinigt und abgeschaltet sein
 - Getränke aufgefüllt
 - Alle Speisereste müssen entsorgt werden
 - Mülleimer geleert sein
 - Verwendete Handtücher mit frischen Handtüchern ausgetauscht werden (Wäschesack in der Kammer)
 - Desinfektionsmittel, Seife und Papier auffüllen (Putzschrank Herrn-WC)
 - Alle Oberflächen + Türgriffe desinfizieren

Beschlossen vom Vorstand des RV Neptun e.V. Konstanz am 18.10.2020