

## **Trainingsordnung und Hygieneplan des Rudervereins Birkenwerder e. V. zur weiteren Eindämmung des Coronavirus vom 10. März 2021**

Die Trainingsordnung und der Hygieneplan für den RV Birkenwerder e.V. sind vom selbigen Verein, auf Grundlage der Siebten Verordnung für befristete Eindämmungsmaßnahmen des Coronavirus des Landes Brandenburg vom 6. März 2021 erstellt.

Dazu hat der Vorstand nachfolgende Verhaltensregeln und Hygieneplan nach den Empfehlungen der Behörden und Verbände entwickelt und festgelegt.

**Die beschriebenen Regelungen zum Training und Hygieneplan sind von jedem Trainingsteilnehmer unabdingbar zu befolgen. Verstöße ziehen für den Einzelnen einen Ausschluss vom Training nach sich.**

Dazu gelten folgende Regeln:

Es ist beim Aufenthalt auf dem Vereinsgelände grundsätzlich ein Abstand von 1,5 m zwischen Personen einzuhalten. Körperkontakt ist in jedem Fall zu vermeiden.

Das allgemeine Abstandsgebot gilt nicht für Ehe- oder Lebenspartner oder Angehörige des eigenen Haushalts sowie für Personen, für die ein Sorge- oder Umgangsrecht besteht.

Wir sind verpflichtet die Sportgruppen zu dokumentieren, daher die neuen Kontaktlisten in welche sich immer tagesaktuell eingetragen wird. Zur Vermeidung von Gruppenbildungen ist der gewünschte Rudertermin vorher durch die Eintragung in die Reservierungsliste (Link unten) kenntlich zu machen. „Spontane“ Besuche im Verein, sollten in den kommenden Wochen unterbleiben. Die Online-Liste ist von jedem Rechner, Smartphone oder Tablet zu bedienen.

***Das Vereinsgelände darf nur betreten werden, wenn man in den vorangegangenen zwei Wochen selbst keine Anzeichen für eine Infektionserkrankung gezeigt hat (beispielsweise Schwindel, Schweißausbrüche, Atem- / Schluckprobleme, Hals- / Rachenschmerzen, erhöhte Körpertemperatur, Unregelmäßigkeiten in der riechenden, schmeckenden, optischen Wahrnehmung und taktilen Sensibilität). Sollten solche Anzeichen bis zu einem Zeitraum von zwei Wochen nach dem Trainingsbesuch auftreten, ist darüber der Vorstand zu informieren. Von einer weiteren Trainingsteilnahme muss dann Abstand genommen werden.***

Eine ärztliche Konsultation wird empfohlen.

Auf dem Sattelplatz und im WC befinden sich gekennzeichnete Spender mit Desinfektionsmittel für die Hände. Diese sind von den Sportlern mindestens unmittelbar nach Betreten des Vereinsgeländes, vor und nach der Bootsnutzung zu nutzen. Ein regelmäßiges Händewaschen ist anzustreben.

**Der Sport- und Trainingsbetrieb ist ausschließlich nur im Freien erlaubt.  
Bei allen Verrichtungen der Bootsvor- und Nachbereitung sind von den Sportlern medizinische Gesichtsmasken gemäß Verordnung für Eindämmungsmaßnahmen des Coronavirus des Landes Brandenburg zu tragen.**

Der Steuermann sollte auch im Boot eine medizinische Gesichtsmaske tragen, da er im Zug der Atemluft der Ruderer sitzt. Jeder Sportler akzeptiert mit seiner Teilnahme am Training, dass der aktive Ruderer im Boot, mit Ausnahme des ruderpassiven Steuermanns, keine medizinische Gesichtsmaske trägt, da das Tragen, als eine nicht praktikable Einschränkung, für den Aktiven eingeschätzt wird.



## **Trainingsordnung und Hygieneplan des Rudervereins Birkenwerder e. V. zur weiteren Eindämmung des Coronavirus vom 10. März 2021**

Gruppenbildungen sind zu vermeiden. Gruppenbildungen, sind alle Häufungen von Sportlern, die in ihrer Zahl mehr sind, als die Stärke der einzelnen besetzten Bootsmannschaft, sofern sie sich nicht in einer erlaubten gegenseitigen Hilfesituation befinden.

Auf dem Wasser haben Boote nicht miteinander im Päckchen verbunden zu liegen. Ein enger Kontakt von Booten und ihren Mannschaften ist nur für Notfälle und Rettungsmaßnahmen von Personen zulässig.

Das gegenseitige Helfen beim zu Wasser bringen / Einlagern der Boote ist nur im Rahmen gestattet, dass eine zweite Mannschaft der ersten Mannschaft bei dessen Boot helfend, mit anfasst. Dabei ist auf Abstand von mind. 1,5 m zu achten; die Sportler sollten dazu auf den Seiten nicht gegenüber, sondern versetzt, sich positionieren. Bug- und Heckspitze sind durch je eine Person zu besetzen.

Im Sinne der Regelungen der Verordnung zur Eindämmung des Coronavirus des Landes Brandenburg zählt das Tragen des Bootes zwischen Lager und Steg nicht zur unmittelbaren Sportausübung. Das zu Wasser Bringen und das Verbringen der Boote in die Halle ist, wenn mehrere Mannschaften trainieren, abzustimmen, damit Halle oder Steg nicht gleichzeitig von mehreren Mannschaften genutzt werden.

Auf dem Sattelplatz ist zwischen den vor-/nachbereitenden Mannschaften und deren Booten ein (Mindest-) Abstand entsprechend der Abstandsregeln zu sichern.

Das Training ist konditionell im Bereich des Anspruches für Fahrten- und Wanderrudern zu gestalten.

Der Bootsplatztausch und das Durchsteigen im Boot (beispielsweise Schlagmann/Steuermannswechsel) ist nicht gestattet.

Zum Abschluss des Trainingsbetriebes sind, neben der üblichen Bootsreinigung nach Ruderordnung, zusätzlich die Rudergriffe und Zonen am Boot, die zum wiederholten Tragen/Festhalten dienen, mit bereitgestellten Mitteln zu desinfizieren. Ebenso ist mit der Tastatur des Fahrtenbuch-PC zu verfahren.

Im Vereinshaus ist nur das behindertengerechte WC zu nutzen.

Der WC Raum wird nach Reinigungsplan gesäubert.

Die Umkleieräume, Duschen und der Ergometer Raum sind verschlossen.

Der Sportraum/Ergometer Raum darf nicht betreten werden, auch nicht um Sportgeräte zu entnehmen.

Die Nutzung der Küche, des Tresen Raums und des Vereinssaals ist untersagt.

Das Vereinsgrundstück ist nach dem Sport und dem Training unverzüglich zu verlassen.

Ein Verweilen zum geselligen Beisammensein wird nicht gestattet.

Wir empfehlen, selbst mitgebrachte Erfrischungsgetränke ausreichend im Boot mitzuführen.

Die aktuell bekannt gegebenen Verhaltens- und Hygienemaßnahmen sind selbständig einzuhalten.

Link für die Bootsreservierung:

[https://1drv.ms/x/s!AmfeTYfQftico1QTG\\_nLxiXC6YLS?e=1dLRDi](https://1drv.ms/x/s!AmfeTYfQftico1QTG_nLxiXC6YLS?e=1dLRDi)

oder wieder auf unserer Homepage unter <https://www.rv-bkw.de/corona>

Der Vorstand des RV Birkenwerder e.V.

bekannt gegeben und ausgegangen, Birkenwerder, am 15. März 2021



