

Ruderclub Cham

Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 6. Juni 2020

Version: 3. Juni 2020
Ersteller: Adolf Durrer, Corona-Beauftragter

Neue Rahmenbedingungen

Ab dem 6. Juni 2020 ist der Trainingsbetrieb in allen Sportarten unter Einhaltung von vereinspezifischen Schutzkonzepten wieder zulässig. Bei Sportaktivitäten, in denen ein dauernder enger Körperkontakt erforderlich ist, müssen die Trainings so gestaltet werden, dass sie ausschliesslich in beständigen Gruppen stattfinden mit Führung einer entsprechenden Präsenzliste. Als enger Kontakt gilt dabei die längerdauernde (>15 Minuten) oder wiederholte Unterschreitung einer Distanz von 2 Metern ohne Schutzmassnahmen.

Folgende fünf Grundsätze des BAG müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

1. Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

2. Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten. Einzig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt in allen Sportarten wieder zulässig. Pro Person müssen mindestens 10 m² Trainingsfläche zur Verfügung stehen.

3. Gründlich Hände waschen und/oder desinfizieren

Händewaschen und/oder desinfizieren spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht und/oder desinfiziert, schützt sich und sein Umfeld.

4. Präsenzlisten führen

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führt der Verein für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten. Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem Corona-Beauftragten in vereinbarter Form zur Verfügung steht (vgl. Punkt 5). In welcher Form die Liste geführt wird (doodle, App, Excel, usw.) ist dem Verein freigestellt.

5. Bestimmung Corona-Beauftragter des Vereins

Jede Organisation, welche die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs plant, muss eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Bei unserem Verein ist dies Adolf Durrer. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn wenden (Tel. 079 213 51 32 oder bootshaus@ruderclubcham.ch).

Besondere Bestimmungen für den Ruderbetrieb

Start mit vollem Ruderbetrieb

- a. Ab dem 6. Juni ist das Rudern in allen Bootsklassen wieder möglich. Das heisst, dass auch die Fünfer und Achter sowie alle Boote mit Steuerleuten wieder ganz normal eingesetzt werden dürfen.
- b. Für Steuerleute empfehlen wir das Tragen von Gesichtsmasken (Masken-Depot in der Bootshalle).
- c. Für die Ausfahrten sind keine Zeitreservierungen mehr vorzunehmen.
- d. Die Einträge der Ausfahrten im Logbuch sind obligatorisch und vor der Ausfahrt zu eröffnen.

Abstandsregeln und persönliche Hygiene

- a. Die Abstandsregeln (2m) sind bei allen Aktivitäten an Land sowie in allen Räumen einzuhalten. Nur in den Ruderbooten ist die Abstandsregel aufgehoben.
- b. Der Aufenthalt im Entree bleibt weiterhin auf zwei Personen beschränkt.
- c. Bitte bei Ankunft und Abreise und auch im Trainingsraum Hände desinfizieren.

Reinigung und Desinfektion

- a. Die Rudergriffe sowie die Ergometergriffe und Kraftstangen sind nach jeder Benützung durch die Ruderinnen und Ruderer zu desinfizieren.
- b. Die tägliche Reinigung und Desinfektion durch das Reinigungsteam werden aufgehoben.
- c. Die WC, Garderoben und Duschen werden nach speziellem Reinigungsplan gereinigt.

Benützung des Trainingsraumes

- a. Auch der Trainingsraum ist wieder für alle Ruderinnen und Ruderer offen.
- b. Gleichzeitig dürfen sich nur max. neun Personen (inkl. Trainer oder Leiter) im Trainingsraum aufhalten.
- c. Die Abstandsregeln (2m) sind auch im Trainingsraum einzuhalten. Daher wird jeder zweite Ergometer gesperrt.
- d. Hygiene: Ergometergriffe und Kraftstangen sind nach jeder Benutzung durch die Benutzer zu desinfizieren.
- e. Das Führen der Präsenzliste ist obligatorisch. Jede Benützung ist durch die Trainierenden im Nutzungsprotokoll einzutragen (im Trainingsraum hinten links). Bei Gruppentrainings ist dies durch den Trainer oder Gruppenleiter vorzunehmen, mit Eintrag der Namen aller Trainierenden.

Garderoben, Duschen und WC

- a. Die Garderoben und Duschen können unter Einhaltung der Abstandspflicht (2m) wieder benützt werden.
- b. WC-Ringe und Spültasten sind vor und nach jeder Nutzung durch die Nutzer zu reinigen und zu desinfizieren.

Benützung des Clubraumes und der Küche

- a. Der Clubraum und die Küche sind für die Ruderinnen und Ruderer zur Benützung wieder geöffnet.
- b. Das Führen der Präsenzliste ist obligatorisch. Jede Benützung durch Einzelpersonen oder Gruppen ist in der Präsenzliste im Clubraum (bei den Desinfektionsmitteln auf dem Kochkorpus Küche links) einzutragen. Bei Gruppen sind die Namen aller Anwesenden aufzuführen.
- c. Nach jeder Benützung sind die benützten Tische zu reinigen und zu desinfizieren und das Geschirr und die Geräte sauber abzuwaschen.
- d. Für die Vermietung des Clubraumes wird ein separates Schutzkonzept erstellt. Die Besucherzahl wird auf 40 Personen reduziert.