

Ruderclub Reuss
Alpenquai 31
CH-6005 Luzern

T +41 79 884 52 93
info@rc-reuss.ch
www.rc-reuss.ch

Ruderclub Reuss Luzern

Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 12. Dezember 2020

Version: 12.Dezember 2020 (Änderungen gegenüber 2.November sind **gelb** markiert)

Ersteller: Urs Eggler

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 1,5 Metern ohne Schutzmassnahmen. Folgende fünf Grundsätze 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 allen Situationen sind 1,5 Meter Abstand einzuhalten.**

Pro Person müssen mindestens 15 m² Trainingsfläche zur Verfügung stehen, daher dürfen sich maximal 15 Personen gleichzeitig auf dem Vorplatz aufhalten.

3. Gründlich Hände waschen

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht, 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/der 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-Beauftragte/r 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 Urs Egger. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn/sie wenden (Tel. +41 79 884 52 93 oder urs.egger@gmx.net).

6. Besondere Bestimmungen auf dem Clubgelände des RC Reuss

- Das Clubgelände darf nicht betreten werden zwischen 19:00-06:00 Uhr und auch nicht an Sonntagen und den folgenden Feiertagen: 25.12.2020, 26.12.2020, 01.01.2021
- Bei einer Covid-19-Erkrankung sind sofort die Mittrainierenden und der Vorstand zu informieren.
- Beim Betreten des Clubgeländes sind die Hände zu desinfizieren.
- Bei allen Anlässen ohne PC-Logbuch-Eintrag trägt sich jede/jeder Anwesende selbst in die vor Ort aufliegenden Präsenzlisten ein. Dies gilt für den Kraftraum und Ergometerraum, am Rotsee, an Vereinsanlässen und wenn mehrere Trainer im gleichen Motorboot fahren.
- Auf dem ganzen Clubgelände ist immer eine Maske zu tragen. Ausser bei der sitzenden Konsumation und beim Duschen.
- Getränke können von den Mitgliedern aus dem Kühlschrank gekauft und im Saal/Balkon unter Einhaltung des Mindestabstands **sitzend** konsumiert werden. Danach das Geschirr bitte gut abwaschen/trocknen/versorgen.
- WC-Ringe und WC-Spültasten sind nach der Benutzung zu desinfizieren.

7. Besondere Bestimmungen für Kraftraum und Ergometerraum

- Aufgrund der verlangten Trainingsfläche von 15 Quadratmeter pro Person darf der Kraftraum gleichzeitig von 4 Personen benutzt werden und der Ergometerraum von 2 Personen.
- Der Leistungssport hat Vorrang gegenüber dem Breitensport.
- Die Lüftung muss immer laufen. Wenn es die Temperaturen zulassen, sollen die Türen offen bleiben.
- Ausschliesslich während der effektiven Trainingsausübung darf die Maske abgezogen werden.
- Vor dem Verlassen des Geräts sind die Griffe zu reinigen, zu trocknen und danach zu desinfizieren.
- Vor dem Verlassen des Raums ist die Präsenzliste auszufüllen und die Räume sind zu lüften.

8. Besondere Bestimmungen für den Ruderbetrieb

- Es darf maximal in Gruppen von 5 Personen gerudert werden, also nicht im Achter.
- Skiff kann ohne Maske gerudert werden. Die Mannschaftsboote nur mit Maske. Wenn eine Bootsmannschaft aus dem gleichen Haushalt kommt kann auf die Maske verzichtet werden.
- Steuerleute sollen im Boot eine Schutzmaske und eine Brille tragen.
- Die Griffe von Rudern/Ergometern/Kraftgeräten und Steuerrad/Gashebel am Motorbooten sind nach der Benutzung sorgfältig mit Seife über dem Trog zu waschen oder zu desinfizieren, falls sie nicht gewaschen werden können.