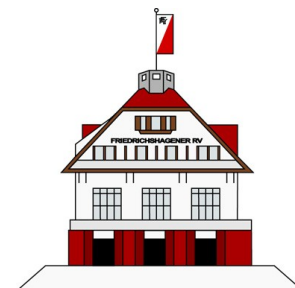


Schutz- und Hygienekonzept

während der Gültigkeit der SARS-CoV-2-InfektionsschutzVO
im Friedrichshagener Ruderverein e. V.



**FRIEDRICHSHAGENER
RUDERVEREIN**



Friedrichshagener
Ruderverein e. V.
Hahns Mühle 12
12587 Berlin

Kontakt
Fax: (030) 6 45 19 79
E-Mail: info@f-r-v.de
Internet: www.f-r-v.de

Bankverbindung
Deutsche Bank
IBAN
DE28 1007 0024 0570 1503 00
BIC
DEUT DE DB BER

Der Friedrichshagener
Ruderverein e. V.
ist Mitglied im



Stand: 19.11.2020

Seite 1 von 3

Allgemeines

1. Risiken in allen Bereichen minimieren

Sportler und Betreuer dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen nicht am Training teilnehmen, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt anrufen und dessen Anweisungen befolgen. Der Vorstand, die Trainingsgruppe oder andere Kontakte sind umgehend zu informieren. Das Benutzen von Gemeinschaftseinrichtungen und Trainingsräumen ist dann nicht gestattet.

Training ist nicht sinnvoll, wenn Krankheitssymptome bestehen.

Typische Krankheitssymptome sind Fieber, trockener Husten, Geruchs- sowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, leichter Durchfall, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit

2. Distanzregeln einhalten

Beim Training im Freien hat eine Person ein geringes Risiko, sich anzustecken.

Das Risiko kann durch die Nähe zu Trainingspartnern erhöht werden.

Es ist daher darauf zu achten, den Mindestabstand von mindestens 1,50 Metern auf dem Bootsplatz und im Bootshaus zwischen den Personen einzuhalten, insbesondere bei der Materialpflege und beim Zuwasserlassen der Boote. Hierbei ist das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes (MNS) notwendig.

3. Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

Rudern ist eine kontaktlose Sportart. Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen, „Abklatschen“ oder Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.

Außerhalb des Ruderbootes ist ein Mund-Nasen-Schutzes (MNS) zu tragen.

4. Persönliche Hygieneregeln einhalten

Waschen Sie Ihre Hände häufig und mindestens dreißig Sekunden lang mit Seife und heißem Wasser. Berühren Sie Ihr Gesicht nicht mit den Händen. Griffe der Skulls sowie die im Boot berührten Stellen sind nach dem Training desinfizierend und intensiv zu reinigen. Dazu empfehlen sich vom RKI zugelassene desinfizierende Reinigungsmittel. Skulls mit Holzgriffen dürfen nicht genutzt werden, da eine Reinigung der Griffe nicht in der erforderlichen Art und Weise möglich ist!

5. Dokumentationspflichten

Alle Ruderfahrten sind mit Teilnehmer, Datum und Uhrzeit im elektronischen Fahrtenbuch festzuhalten. Ebenfalls ist die Nutzung der Ruderergometer im Fahrtenbuch einzutragen (Typ des Trainings: Ergo) und die Nutzung des Kraftraums zu dokumentieren (Liste im Kraftraum).

Aktuell (Stand 19.11.2020) darf der Kraftraum nicht genutzt werden und die Ruderergometer nur im Freien auf dem Bootsplatz bzw. auf dem Steg.

Die Anwesenheit im Bootshaus und auf dem Bootsplatz ist ebenfalls zu dokumentieren (Liste an der hinteren Tür - Ein-/Ausgang zum Bootsplatz).

Aufenthalt auf dem Grundstück und im Bootshaus

1. Zugang zum Bootshaus und zum Bootsplatz

Der Zugang zum Bootsplatz und zum Bootshaus (Sportlerbereich) ist ausschließlich FRV-Mitgliedern unter Einhaltung der derzeit geltenden Hygiene- und Abstandsregeln gestattet. Das Mitbringen von Gästen ist nicht gestattet!

FRV-Mitglieder, welche aufgrund ihres Lebensalters mit einem höheren Risiko einer Infektion mit dem Coronavirus rechnen müssen, entscheiden selbst auf Basis ihres individuellen Gesundheitszustandes.

Es wird empfohlen, im Zweifelsfall auf das Rudern zu verzichten.

2. Aufenthalt im Haus

Im Bootshaus ist in allen Räumen (Flure, WC, Umkleiden, Sporträume etc.) ein MNS zu tragen. Sporträume (Kraftraum, Ergometer in der linken Bootshalle) dürfen aktuell (Stand 19.11.2020) nicht genutzt werden. Die Bootshallen dürfen nur für die Dauer der Entnahme bzw. des Zurücklegens der Boote bzw. des Materials betreten werden.

3. Benutzung der Duschen im Verein

Das Duschen in den Gemeinschaftsduschen ist zur Zeit (Stand 19.11.2020) nur einzeln gestattet, da der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann.

Wenn möglich, ist auf das Duschen im Verein zu verzichten.

Nach der Benutzung der Duschen muss gut gelüftet werden (ca. 30 Minuten).

Die Umkleideräume sind ebenfalls ständig gut zu lüften.

3. Nutzung des Kraftraums

Aktuell (Stand 19.11.2020) darf der Kraftraum nicht genutzt werden, auch nicht einzeln.

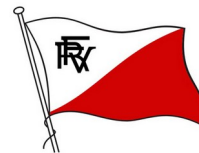
4. Training auf dem Grundstück

Auf dem Grundstück, im Bootshaus und auf dem Steg muss der Mindestabstand von 1,5m eingehalten werden, das Tragen eines MNS ist dabei erforderlich.

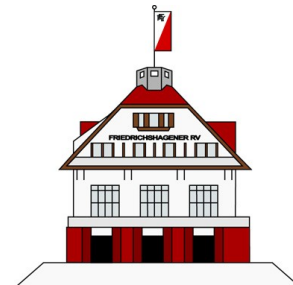
Sport auf dem Grundstück (Bootsplatz) darf nur einzeln oder zu zwei mit und ohne Sportgerät bei Einhaltung des Mindestabstandes durchgeführt werden.

Auch das Training auf dem Grundstück ist dokumentationspflichtig (Liste an der hinteren Tür - Ein-/Ausgang zum Bootsplatz).

Das Ergometertraining auf dem Bootsplatz oder dem Steg ist also ebenfalls im elektronischen Fahrtenbuch einzutragen (Art des Trainings: Ergo).



**FRIEDRICHSHAGENER
RUDERVEREIN**



Friedrichshagener
Ruderverein e. V.
Hahns Mühle 12
12587 Berlin

Kontakt
Fax: (030) 6 45 19 79
E-Mail: info@f-r-v.de
Internet: www.f-r-v.de

Bankverbindung
Deutsche Bank
IBAN
DE28 1007 0024 0570 1503 00
BIC
DEUT DE DB BER

Der Friedrichshagener
Ruderverein e. V.
ist Mitglied im



Stand: 19.11.2020

Seite 2 von 3

Hygieneschutzbedingungen auf dem Wasser

1. Allgemeines zum Rudern auf dem Wasser

Aktuell (Stand 19.11.2020) dürfen folgende Ruderboote mit entsprechenden Mannschaften genutzt werden:

- Einer
- Zweier, wenn die Mannschaft dem selben Haushalt angehört oder für Ehe- bzw. Lebenspartner/-innen
- Dreier zu zweit (unterbesetzt), mit min. 1,50m Abstand zueinander

2. Verhalten der Steuerleute

Beim Gebrauch von gesteuerten Booten ist das Tragen eines MNS für die Steuerleute Pflicht, um das Infektionsrisiko zu senken. Ein MNS kann auch ein Visier sein. Zu anderen Booten ist ebenfalls der Mindestabstand einzuhalten (z.B. beim Schleusen).

3. Tragen und Zuwasserlassen der Boote

Beim Tragen und Zuwasserlassen der Boote ist ein MNS zu tragen. Dieser kann auf dem Wasser abgelegt werden. An einem Steg befindet sich immer nur ein Mannschaftsboot bzw. zwei Einer mit Abstand.

Es darf nur eine Seite des Steges verwendet werden, um zu vermeiden, dass sich die Ruderer beim Aus- bzw. Einsteigen zu nahe kommen.

4. Verhalten im Boot

Zur Vermeidung von Infektionen, die aufgrund des etwas geringeren Abstandes im Ruderboot gegeben ist, wird Sprechen im Boot ausschließlich zur Kommandogebung, die für die Ruderfahrt notwendig sind, den verantwortlichen Personen, Obmann bzw. Obfrau und der Steuerfrau bzw. dem Steuermann, gestattet. Singen ist im Mannschaftsboot nicht gestattet.

Für die Einhaltung sämtlicher Regelungen beim Rudern im Mannschaftsboot ist die jeweilige Obfrau bzw. der Obmann verantwortlich.

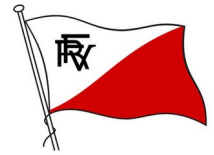
5. An- und ablegen

Es wird zügig an- und abgelegt. Ein unnötiger Aufenthalt auf dem Steg ist zu vermeiden. Kommt es zu Begegnungen auf dem Bootsplatz (z.B. ein/-e Ruderkamerad/-in legt ab, ein/-e Ruderkamerad/-in wieder an) gilt: Einhaltung eines Mindestabstands zueinander. Gegebenenfalls kurz mit dem Ablegen warten, bis die anliegende Mannschaft das Boot aus dem Wasser geholt und den Steg verlassen hat.

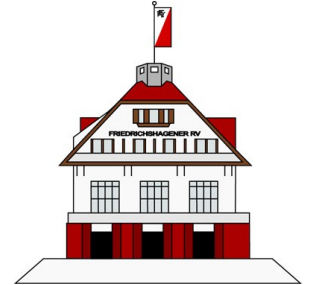
Es wird vom Vorstand erwartet, dass die Regelungen strikt eingehalten werden. Verstöße gegen die SARS-CoV-2-EindmaßnV können von der Polizei bzw. dem Ordnungsamt und der Senatsverwaltung mit Bußgeldern geahndet werden. Außerdem kann dem FRV die Gemeinnützigkeit aberkannt werden.

Für Rückfragen stehen wir Euch natürlich persönlich oder per E-Mail (vorstand@f-r-v.de) zur Verfügung.

Der Vorstand des Friedrichshagener Rudervereins e. V.



**FRIEDRICHSHAGENER
RUDERVEREIN**



Friedrichshagener
Ruderverein e. V.
Hahns Mühle 12
12587 Berlin

Kontakt
Fax: (030) 6 45 19 79
E-Mail: info@f-r-v.de
Internet: www.f-r-v.de

Bankverbindung
Deutsche Bank
IBAN
DE28 1007 0024 0570 1503 00
BIC
DEUT DE DB BER

Der Friedrichshagener
Ruderverein e. V.
ist Mitglied im



Stand: 19.11.2020

Seite 3 von 3