



GIESSENER RUDERGESELLSCHAFT 1877 E.V.

# Sonderregelungen für den Ruderbetrieb sowie Hygieneregeln aufgrund der aktuellen Corona-Pandemie

Die hessische Corona-Kontakt- und Betriebsbeschränkungsverordnung vom 7. Mai 2020, in der Fassung vom 29. Oktober 2020 sowie die Allgemeinverfügung des Landkreises Gießen vom 30. Oktober 2020 treffen Einschränkungen hinsichtlich der Ausübung des Vereinssports aufgrund der aktuellen Corona-Pandemie.

Der Vorstand der GRG hat deshalb auf Grundlage dieser Verordnung und Verfügung, der „Handlungsempfehlung des Hessischen Ruderverbandes“ sowie der „Leitplanken des DOSB“ und dem Positionspapier des DRV folgende Regeln für den Ruderbetrieb in der nächsten Zeit beschlossen:

(Hinweis: die Regelungen gelten bis auf Weiteres)

## 1. Bootshaus

### 1.1. Zugang zur Bootshalle

Das Betreten der Bootshallen ist nur auf direktem Weg für das Entnehmen und Zurücklegen der Boote erlaubt.

Zugang zu den WCs, Duschen und Umkleiden bleibt **eingeschränkt**. Es ist sich zu Hause umzuziehen und zu duschen.

### 1.2. Vereinsgebäude

Das Zugang zum **Vereinsgebäude** bleibt bis auf Weiteres **eingeschränkt**.

Die Nutzung des **Ergometerraums** bleibt **eingeschränkt**.

Die Nutzung des **Spinningraums** bleibt **eingeschränkt**.

Die Nutzung des **Kraftraums** bleibt **eingeschränkt**.

Der **Balkon** kann zum Sporttreiben genutzt werden. Ansonsten ist dieser **gesperrt**.

### 1.3. Ergometerraum

Der Ergometerraum steht nur zur Nutzung während der Übungszeiten für die entsprechende Gruppe bereit! **KEIN freies** oder **unausgesprochenes** Training.

Während der Nutzung des Ergometerraums sind alle Türen und Fenster komplett zu öffnen (Durchzug!). Die Lüftungsanlage ist **vor** dem Trainingsbeginn **einzuschalten** und **nach** dem Training **auszuschalten**.

Es dürfen sich maximal **2 Personen** im Ergometerraum aufhalten.

**Mindestabstand von 3,5 m** ist immer einzuhalten!

Die Sportgeräte dürfen nicht umgestellt werden oder außerhalb der Markierungen genutzt werden.

Es ist bei allen Aktivitäten ein ausreichend großes Handtuch unterzulegen. Auch auf den Matten, den Fahrradsätteln und den Ergometersitzen.

Nach der Nutzung sind die Griffe, Sitze und Matten zu desinfizieren.  
Es herrscht **Maskenpflicht** außer bei der Ausübung von Sport.

#### 1.4. Spinningraum und Krafraum

Der Spinningraum und der Krafraum stehen nur zur Nutzung während der Übungszeiten für die entsprechende Gruppe bereit! **KEIN freies** oder **unausgesprochenes** Training.

Während der Nutzung des Spinningraums sind alle Türen und Fenster komplett zu öffnen (Durchzug!). Die Lüftungsanlage ist **vor** dem Trainingsbeginn **einzuschalten** und **nach** dem Training **auszuschalten**.

Während der Nutzung des Krafraums sind alle Türen und Fenster komplett zu öffnen (Durchzug!). Die Lüftungsanlage **vor** dem Trainingsbeginn **einzuschalten** und **nach** dem Training **auszuschalten**.

Es darf sich maximal **1 Person** im Spinningraum aufhalten.

**Mindestabstand von 3,5 m** ist immer einzuhalten!

Es dürfen sich maximal **2 Personen** im Krafraum aufhalten.

**Mindestabstand von 3,5 m** ist immer einzuhalten!

Die Sportgeräte dürfen nicht umgestellt werden oder außerhalb der Markierungen genutzt werden.

Es ist bei allen Aktivitäten ein ausreichend großes Handtuch unterzulegen. Auch auf den Matten, den Fahrradsätteln, Hantelbänken und den Ergometersitzen.

Nach der Nutzung sind die Griffe, Sitze, Hantelbänke, Hantelstangen und Matten zu desinfizieren.

Es herrscht **Maskenpflicht** außer bei der Ausübung von Sport.

#### 1.5. Oberes Bootshaus

Die Nutzung ist **eingeschränkt** möglich.

Das Gelände darf nur nach Anmeldung und Bestätigung dieser Betreten werden. Die Anmeldung erfolgt **per E-Mail** an **oberes.bootshaus@giessener-rg.de**

Es besteht uneingeschränkt die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung.

Bei Missachtung der Regeln kann der Zutritt zum Gelände des Oberen Bootshaus bis auf Weiteres untersagt werden.

## 2. Sportbetrieb

### 2.1. Risiken minimieren

Ruderer, Trainer und Betreuer dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen nicht am Training teilnehmen. Ihnen ist der Zutritt zum Vereinsgelände in diesem Fall untersagt. Sie werden aufgefordert, umgehend einen Arzt aufzusuchen und dessen Anweisungen zu befolgen; dies gilt auch für Begleitpersonen. Der Vorsitzende Sport, die Trainingsgruppe und andere Kontakte sind hierüber umgehend zu informieren.

### 2.2. Distanzregeln einhalten

**Mindestabstand von 3,5 m** ist immer (auch bei An- und Abreise zum Verein) einzuhalten!

**Auf dem Steg dürfen sich maximal 2 Personen gleichzeitig aufhalten.**

In einer **Bootshalle** dürfen sich **maximal 2 Personen** aufhalten.

**Es dürfen sich immer nur 2 Personen auf dem Vereinsgelände aufhalten.**

Eltern und Zuschauer auf dem Vereinsgelände sind nicht gestattet.

### 2.3. Rudern in Trainingsgruppen

Es findet bis auf weiteres kein Training in Trainingsgruppen statt.

### 2.4. Altersbeschränkung

Vorerst ist das Rudern nur für Mitglieder über 18 Jahre gestattet.

Das Indoortraining ist vorerst nur für Mitglieder über 15 Jahren erlaubt. Ausnahme bilden die jüngeren Athleten, die dem E-Kader angehören. Diese können ggf. nach Rücksprache mit Johannes Birkhan einbezogen werden.

### 2.5. Festes Zeitfenster, Anmeldung notwendig

Es gibt feste Trainingszeiten. Im Zeitplan ist für eine Trainingszeit ein **Zeitfenster von 2 Stunden** zugeteilt. Innerhalb dieser Zeit ist das Bootshausgelände zu betreten und wieder zu verlassen, damit keine direkte Überschneidung von Gruppen und Ansammlungen von vielen Personen passiert.

Der Zeitplan ist strikt einzuhalten.

Pro Trainingszeit dürfen **maximal 2 Personen** Sport treiben.

Es muss sich für eine Trainingszeit angemeldet werden. Die Anmeldung gilt mindestens bis zum 30. November 2020 und kann nicht wöchentlich variiert werden. Nach Anmeldung und Bestätigung der Anmeldung kann die Trainingszeit genutzt werden.

**Anmeldung über E-Mail: [sport@giessener-rg.de](mailto:sport@giessener-rg.de)**

Die Trainingszeiten sind:

Montags:	07:00 - 09:00 Uhr 09:30 - 11:30 Uhr 12:00 - 14:00 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr 17:00 - 19:00 Uhr 19:30 - 21:30 Uhr	Dienstags:	07:00 - 09:00 Uhr 09:30 - 11:30 Uhr 12:00 - 14:00 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr 17:00 - 19:00 Uhr 19:30 - 21:30 Uhr
Mittwochs:	07:00 - 09:00 Uhr 09:30 - 11:30 Uhr 12:00 - 14:00 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr 17:00 - 19:00 Uhr 19:30 - 21:30 Uhr	Donnerstags:	07:00 - 09:00 Uhr 09:30 - 11:30 Uhr 12:00 - 14:00 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr 17:00 - 19:00 Uhr 19:30 - 21:30 Uhr
Freitags:	07:00 - 09:00 Uhr 09:30 - 11:30 Uhr 12:00 - 14:00 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr 17:00 - 19:00 Uhr 19:30 - 21:30 Uhr	Samstags:	07:00 - 09:00 Uhr 09:30 - 11:30 Uhr 12:00 - 14:00 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr 17:00 - 19:00 Uhr 19:30 - 21:30 Uhr
Sonntags:	07:00 - 9:00 Uhr 09:30 - 11:30 Uhr 12:00 - 14:00 Uhr 14:30 - 16:30 Uhr 17:00 - 19:00 Uhr 19:30 - 21:30 Uhr		

## **2.6. Leistungssportorientierte Sportler und RBL**

Die leistungssportorientierten Sportler und die RBL unterliegen den gleichen Regeln.

## **2.7. Erlaubte Bootsklassen**

Das Rudern ist nur im 1x und 2x/2- erlaubt.

## **2.8. Fahrtenbuch**

Weiterhin gilt: **Jede Fahrt** ist ins **Fahrtenbuch** einzutragen.

# **3. Hygiene**

## **3.1. Maskenpflicht**

Es gilt eine Pflicht zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung in allen Bereichen außer während der Sportausübung.

## **3.2. Fahrtenbuch-Tastatur desinfizieren**

Fahrtenbuch-Tastatur und -Maus sind vor und nach der Bedienung zu desinfizieren.

## **3.3. Griffe desinfizieren**

Die Griffe der Skulls/Riemen sind vor der Benutzung mittels Sprühdesinfektion mit den bereitgestellten Desinfektionsmitteln zu desinfizieren und nach der Benutzung mit Seifenwasser zu reinigen.

## **3.4. Ruderplatz gründlich reinigen und ggf. desinfizieren**

Nach dem Rudern sind der Ruderplatz, Rollschienen, Fußbereich, d.h. alles, wo Schweiß und Atem hinkommt, gründlich mit Seifenwasser zu reinigen.

Da eine vollständige Reinigung der Ruderschuhe/Stemmbretter nicht möglich ist, weisen wir hier auf das verbleibende Infektionsrisiko hin. Bitte sich auch durch entsprechende Fußbekleidung schützen.

## **3.5. Anforderungen an Übungsleiter im Motorboot**

Maximal 1 Übungsleiter im Motorboot.

Das Lenkrad, die Schaltung und der Stuhl des Motorbootes sind nach der Nutzung zu reinigen und desinfizieren.

Sollte nach der Motorbootnutzung weniger als ¼ Inhalt im Tank sein, ist dieser aufzufüllen.

**Den Regeln und den Anweisungen der Übungsleiter ist stets Folge zu leisten!  
Personen, die die vorgenannten Regeln missachten, können durch den Übungsleiter vom Ruderbetrieb ausgeschlossen werden!**

**Sollten gegen den Verein aufgrund eines Verstoßes gegen die vorgenannten Regeln Bußgelder verhängt werden oder ihm andere (finanzielle) Nachteile entstehen, so wird die verantwortliche Person hierfür in Regress genommen werden!**

**Gießen, 01.11.2020**

**- Der Vorstand der GRG -**