



Stand: 23.06.2020

Hygieneplan

Neu ab 23. Juni 2020

Hinsichtlich der schrittweisen Wiederaufnahme des Rudersports freuen wir uns, dass die Bayerische Staatsregierung weitere Lockerungen für den Sport beschlossen hat.

Daher gelten für unseren Verein ab sofort folgende Regeln:

1. Mitglieder, mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen und/oder mit unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere ist der Zutritt zum Vereinsgelände untersagt. Sollte ein Mitglied einen positiven Corona-Test haben, bitten wir, umgehend den Vorstand zu informieren!
2. Persönliche Hygieneregeln (Niesen, Hände waschen direkt beim Betreten des Vereins) sind verpflichtend einzuhalten.
3. Auf dem gesamten Vereinsgelände inkl. der Steganlage und der Wege ist ein Mindestabstand von 1,5 Metern zwischen Personen zwingend einzuhalten. Vor und nach dem Training (z. B. im Eingangsbereich, WC-Anlagen, Herausholen und Zurücklegen der Ruderboote aus der Bootshalle und sonstiger Sportgeräte, wie Ergometer und Hanteln, etc. aus dem Krafraum) gilt eine Maskenpflicht, wenn sich dort mehr als eine Person aufhält. Diese ist selbst mitzubringen.
4. Es dürfen nur RGM-Mitglieder die erlaubten Sportgeräte und Boote nutzen! Gästen ist bis auf Weiteres der Zutritt zu unserem Vereinsgelände untersagt.
5. Die Beschränkung auf Einer und Zweier entfällt. Ab sofort dürfen wieder alle Bootsklassen gefahren werden. Nach Möglichkeit ist auf einen Steuermann/-frau zu verzichten. Ist dies nicht möglich, gilt für den Steuermann eine Maskenpflicht (Steuerplatz im Bug ausgeschlossen). Es müssen bis Ende August kleine (max. 10 Pers.) konstante Gruppen gebildet werden.
6. Kraftsport ist auf dem Außensportplatz und Ergometerfahren auf dem Hof / Terrasse bei Einhaltung der vorgeschriebenen Abstände weiterhin möglich. Die Beschränkung der Gruppengröße wurde für den Außenbereich aufgehoben. Der Krafraum steht nur zum Krafttraining zur Verfügung.

Indoor ist Ergometerfahren im Saal (max. 5 Pers.) möglich. Es gelten die Hygiene- und Zeitregelungen aus Punkt sieben.
7. Krafttraining im Krafraum ist nur von einer Person bei durchgehend weit geöffneten Fenstern zulässig. Zu zweit darf ausschließlich mit einem festem Partner trainiert werden. Die Trainingsdauer ist auf max. 60 Minuten begrenzt.
8. Die Umkleieräume sind gesperrt. Ein Ablegen der Sporttaschen ist nicht gestattet. Die Toiletten dürfen weiterhin nur einzeln genutzt werden!
Der Clubraum bleibt geschlossen!

9. Jede Art von Sport am Verein (Rudern, Ergo, Krafttraining) ist zwingend spätestens eine Stunde vor Trainingsbeginn im Fahrtenbuch anzumelden und hierdurch zu dokumentieren.
10. Alle verwendeten Sportgeräte sind nach der Benutzung direkt durch den Sportler selbst zu reinigen. Hierbei ist besonders auf die Reinigung aller Kontaktflächen und Griffmöglichkeiten (Griffe der Skulls u. Riemen, Rollsitze, Klimmzugstange, etc.) zu achten. Die sonst übliche Pflege und Reinigung der Boote und Sportgeräte bleibt hiervon natürlich unberührt bestehen.
11. Nach Abschluss der Trainingseinheit erfolgt die unmittelbare Abreise der Mitglieder.

Wir gehen davon aus, dass Ihr Euch an diese Regeln und Anweisungen haltet und wünschen Euch viel Spaß beim Sport.

Dennoch behalten wir uns vor, die Einhaltung zu beobachten und im Extremfall auch ein Sport- / Ruderverbot auszusprechen.

Ebenso behält sich der Vorstand vor, die Hygieneregeln und den Hygieneplan jederzeit zu widerrufen.

Euer Vorstand