



Aktualisierte Regeln zum Sportbetrieb im Ruderverein Waldsee im Rahmen der „Corona-Verordnung Sportstätten“ des Landes Baden-Württemberg gültig ab 16. Juni 2020

1. Während des ganzen Aufenthalts auf dem Gelände des Rudervereins Waldsee und während des Sportbetriebs ist zwischen allen anwesenden Personen der Mindestabstand von 1,5 Meter zu wahren. Auf Körperkontakt wird auch bei der Begrüßung und Verabschiedung verzichtet.
2. Der Trainings- und Übungsbetrieb (egal ob Rudern, SUP oder Kanu) ist nur zu den offiziellen Trainingszeiten, die immer aktualisiert auf der Homepage ersichtlich sind erlaubt. Abweichende Trainingszeiten müssen beim Sportlichen Leiter Sebastian Wenzel beantragt werden. Die Trainingszeiten der Kinder- und Junioren-Trainingsgruppen werden von den jeweiligen Trainern geregelt. Alle anderen Anfragen bezüglich des Sportbetriebs werden **ausschließlich** über den Sportlichen Leiter Sebastian Wenzel beantwortet. Auch die Zuteilung der Boote und Ruderzeiten erfolgen über den Sportlichen Leiter und müssen frühzeitig mit diesem abgeklärt werden. Die Nutzung von Ergometern und Stand Up Paddle-Boards muss ebenfalls vorher beim sportlichen Leiter beantragt werden. Dieser ist unter der Telefonnummer 0163 2616328 erreichbar.
3. Die Nutzung des Boots- und Sportsmaterial ist nur möglich, wenn diese Regeln mit der Unterschrift bestätigt wurden und in schriftlicher Form vor der ersten Trainings- bzw. Übungseinheit bei der zuständigen Aufsichtsperson bzw. dem zuständigen Trainer eingereicht wurden. (Am besten Regeln Zuhause ausdrucken und unterschrieben ins Bootshaus mitbringen.)
4. Das Training erfolgt bis auf Widerruf ausschließlich im Einer und in (Doppel)-Zweiern, deren Ruderer aus **einem** Haushalt stammen. Die Nutzung der Ergometer zum Ausdauertraining ist **ausschließlich** im Freien und unter Einhaltung des Mindestabstands erlaubt. Die Bootshalle darf lediglich zur Entnahme des Boots- und Sportsmaterials, sowie zur Führung des Fahrtenbuchs und als Zugang zum Kraftraum betreten werden.
5. Der Kraftraum darf ab sofort wieder benutzt werden. Es dürfen sich **maximal zwei Sportler** gleichzeitig im Kraftraum aufhalten und die Geräte müssen nach der Benutzung sorgfältig desinfiziert werden. Auch hier gilt die Dokumentationspflicht, daher muss der Kraftraum vor der Benutzung beim Sportlichen Leiter reserviert werden und bei der Benutzung muss die Dauer des Trainings im Fahrtenbuch dokumentiert werden. Dazu einfach das Boot „Kraftraum 1“ oder „Kraftraum 2“ verwenden. (Vor Trainingsbeginn eintragen und nach dem Training mit 0 km wieder austragen.) Nach und während dem Training muss der Kraftraum gut gelüftet werden. Vor und nach dem Training sind die Hände zu desinfizieren. Im Kraftraum ist kein hochintensives Ausdauertraining erlaubt. Die Ergometer dürfen nur zum Warm- und/oder Ausfahren maximal 15 Minuten am Stück genutzt werden. Ausdauerheiten auf dem Ergometer müssen daher im Freien abgehalten werden.
6. Die Sportlerinnen und Sportler müssen sich bereits außerhalb der Sportanlage umziehen; Umkleiden und Sanitätsräume, insbesondere Duschräume, bleiben mit Ausnahme der Toiletten im Obergeschoss geschlossen. Wertsachen können bei der Aufsichtsperson oder dem Trainer zur Aufbewahrung abgegeben werden.



7. Personen, die sich krank fühlen oder Krankheitssymptome wie Husten, Fieber, Halsschmerzen etc. aufweisen sind vom Trainings- und Übungsbetrieb im Ruderverein Waldsee ausgeschlossen. Personen, die innerhalb der jeweils 14 vergangenen Tagen Kontakt zu einem Covid-19-Patienten hatten oder bei denen der Verdacht auf eine Covid-19-Infektion besteht sind vom Trainings- und Übungsbetrieb ausgeschlossen und dürfen auch das Gelände des Rudervereins Waldsee nicht betreten.

8. Vor jeder Trainings- und Übungseinheit müssen zunächst die Hände sorgfältig desinfiziert werden, bevor die Eintragung ins Fahrtenbuch erfolgt. Dazu steht in der Bootshalle ein entsprechendes Handdesinfektionsmittel bereit. Nach der Trainings- bzw. Übungseinheit müssen die Griffe der Skulls sorgfältig desinfiziert werden, dazu steht in der Bootshalle ein Flächendesinfektionsmittel und Papiertücher bereit. Vor der Austragung aus dem Fahrtenbuch müssen auch die Hände erneut desinfiziert werden.

9. Das digitale Fahrtenbuch ist aufgrund der Dokumentationspflicht immer zu führen. Bitte die Fahrten nicht nachtragen sondern vor dem Training eintragen und mit Beendigung des Trainings austragen. Sollte es Probleme mit der Bedienung des digitalen Fahrtenbuchs geben muss die Dokumentation handschriftlich im klassischen Fahrtenbuch erfolgen.

10. Die Vorstandschaft empfiehlt das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung auf dem Gelände des Rudervereins Waldsee.

11. Die Einhaltung bekannter Hygienestandards, auf die Aushänge in der Bootshalle nochmal gesondert verweisen, ist verpflichtend.

12. Auch weiterhin gilt die Ruder- und Fahrtordnung, die zwingend eingehalten werden muss, um Unfälle auf dem Stadtsee zu vermeiden. Auch gilt weiterhin, dass nicht volljährige Sportler*innen nicht allein auf dem Gelände des Rudervereins Waldsee trainieren dürfen.

13. Den Anweisungen der zu den offiziellen Trainingszeiten anwesenden Aufsichtsperson sind stets Folge zu leisten.

Mit dieser Unterschrift bestätige ich, dass ich die oben genannten Regeln zum Sportbetrieb im Ruderverein Waldsee gelesen habe und diese beim Sportbetrieb jederzeit umsetze.

Datum; Name, Unterschrift