



Stand: 06.06.2021 | Änderungen

Hygieneplan

Aufgrund der neuen Verordnung gelten ab dem 07.06.2021 folgende Regeln in der RGM

1. Mitgliedern, mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen und/oder mit unspezifischen Allgemeinsymptomen und/oder 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. Für das Händewaschen ist das Waschbecken in der Bootshalle zu nutzen
3. Die Benutzung der Toiletten und Duschen ist einzeln gestattet. Die Umkleide darf von maximal 2 Personen genutzt werden.
4. Bei einer Inzidenz von 50 – 100 ist **kontaktfreier Sport im Freien für Gruppen/Mannschaften bis 10 Personen** gestattet.
Bei einer Inzidenz **unter 50 ist Sport jeder Art ohne Personenbegrenzung** gestattet. Sportler/innen und Gruppen **sollen** jeweils zeitlich nacheinander (ca. 10 Minuten) eintreffen und auf Wasser gehen. Eine Rudereinheit/Trainingseinheit ist auf 90 Minuten begrenzt.
5. Für den **Outdoor-Kraftpark** gelten die unter fünftens genannten Regeln gleichermaßen.
6. Bei einer Inzidenz von 50 – 100 ist **Indoorsport im Krafraum** nur kontaktfrei mit maximal **3 Personen möglich**.
Bei einer Inzidenz von unter 50 ist Indoorsport im Krafraum mit maximal 3 Personen möglich.
Die Trainingseinheit ist auf 90 Minuten begrenzt. Es ist während des Trainings eine durchgängige Belüftung sicherzustellen. Hinweis: Die Fenster sind bitte beim Verlassen auch wieder zu schließen!
7. Jedes Training muss mindestens eine Stunde vor Beginn in das Fahrtenbuchsystem eingetragen werden. Hinweis: Eine Eintragung kann nur von privaten Geräten durchgeführt werden. Der Computer in der Bootshalle ist aus hygienischen Gründen gesperrt.
8. Im Bootshaus (**einschließlich der Umkleiden!**) ist eine **FFP2-Maske** zu tragen. Während der Trainingseinheit herrscht im Krafraum keine Maskenpflicht, jedoch beim Betreten und Verlassen.
9. Nach dem Training **sollte** das Gelände der RGM umgehend zu verlassen werden.



RUDERGESELLSCHAFT MARKTHEIDENFELD E.V.

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, Klimmzug-/Hantelstange, etc.) zu achten. Die sonst übliche Pflege und Reinigung der Boote und Sportgeräte bleibt hiervon natürlich unberührt bestehen.

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 diese Regelungen jederzeit zu widerrufen, deren Einhaltung zu beobachten und im Extremfall auch ein Sport- / Ruderverbot auszusprechen.



Die Inzidenzabhängigen Regelungen im Überblick:

Die grundsätzlichen Hygiene- und Verhaltensregeln bitte den obigen Punkten entnehmen.

Inzidenz \ Sportart	Rudern = kontaktfrei	Outdoor-Kraftpark	Indoorsport (Kraftraum)
Über 100	Maximal 2 Personen aus 2 Haushalten	Kontaktfreier Sport möglich Maximal 2 Personen aus 2 Haushalten	Nicht möglich
50 – 100	Maximal 10 Personen	Maximal 10 Personen	Kontaktfreier Sport möglich Maximal 3 Personen
Unter 50	Keine Begrenzung	Keine Begrenzung	Maximal 3 Personen