



Hygieneplan

1. Mitglieder, mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen, die einer Quarantänemaßnahme unterliegen oder mit unspezifischen Allgemeinsymptomen und respiratorischen Symptomen jeder Schwere ohne negativen Corona-Test ist der Zutritt zum Vereinsgelände untersagt. Sollte ein Mitglied einen positiven Test haben, ist der Zutritt ebenfalls untersagt und wir bitten umgehend den Vorstand zu informieren!
2. Ist die 3G-Regelung gefordert (ab Inzidenz 35), so haben alle Mitglieder dies entsprechend nachzuweisen. Kann der Nachweis nicht erfolgen, so darf nicht an Gruppentrainings teilgenommen werden. Der jeweilige Übungsleiter ist verpflichtet die Einhaltung zu gewährleisten! Testungen vor Ort (unter Aufsicht) sind nicht möglich!
Eine 3G-Regelung ist nur für die Sportausübung von Gruppen in geschlossenen Räumen relevant! Individualsport bzw. Sport im Freien ist davon unabhängig möglich, auch dann, wenn vom Sportler zB. Duschen, Umkleiden oder Toiletten im Innenbereich benutzt werden.
3. Persönliche Hygieneregeln (Niesen, Hände waschen direkt beim Betreten des Vereins) sind verpflichtend einzuhalten.
4. Auf dem gesamten Vereinsgelände inkl. der Steganlage und der Wege ist das Mindestabstandsgebot von 1,5 Metern zwischen Personen möglichst zu beachten. Vor und nach dem Training gilt für alle geschlossenen Räume (z.B. Eingangsbereich, WC, Bootshalle, Saal, etc.) die Pflicht, eine Mund-Nase-Bedeckung (min. OP-Maske) zu tragen, wenn sich dort mehr als eine Person aufhält und kein Sport getrieben wird.
5. Die Umkleideräume dürfen unter Einhaltung des Mindestabstandes von drei Personen gleichzeitig genutzt werden. Dennoch rufen wir unsere Mitglieder dazu auf, weiterhin bereits umgezogen zum Sport zu kommen, um die Verweilzeit in den Räumen der RGM so gering wie möglich zu halten. Die Toiletten und Duschen dürfen nur einzelnen genutzt werden!
6. Jede Art von Sport (Rudern, Ergo, Krafttraining, Halle) ist zwingend vor Trainingsbeginn im Fahrtenbuch einzutragen und hierdurch zu dokumentieren.
Gäste- und Schnuppertraining ist möglich, muss jedoch bei einem Übungsleiter angemeldet und über diesen entsprechend dokumentiert werden. Da sonst. Gäste (Wanderruderer) in diesem Rahmen nicht dokumentiert werden können, ist es diesen weiterhin untersagt das Vereinsgelände zu betreten.
7. **Gesellschaftliche Zusammenkünfte der Trainingsgruppe im Anschluss an das Training sind möglich. Alle anderen Zusammenkünfte und Veranstaltungen auf dem Vereinsgelände (Clubraum, Saal und auch im Freien) sind mit der Vorstandschaft abzustimmen.**
8. **Sport im Freien ist ohne weitere Einschränkungen möglich!**
9. Sport ist in allen Innenräumen (Saal, Kraftraum) ohne Personen- und Zeitbegrenzung möglich. Nach jedem Gruppentraining ist eine 15-minütige Pause, die dem Stoßlüften, Reinigen und der Ab- und Anreise der Gruppe dient, einzuhalten. Im Saal ist während jedem Training die Lüftungsanlage zu verwenden. Im Kraftraum sind während des Trainings alle Fenster durchgehend zu öffnen.
Vor Verlassen des Vereinsgeländes ist sicherzustellen, dass alle Fenster und Türen der Trainingsräume und Umkleiden auch wieder geschlossen wurden.
Alle Mitglieder tragen die Verantwortung zur Einhaltung dieser Bedingungen!
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.