



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.
Weitere Verschärfungen der 3G-Regelung treten je nach Einstufung der Krankenhaus-Ampel in Kraft. Siehe Anhang!
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 Umkleieräume dürfen unter Einhaltung des Mindestabstandes von drei Personen gleichzeitig, Toiletten und Duschen dürfen hingegen nur einzeln 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. Nach jedem Gruppentraining in Innenräumen 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 Krafraum sind während des Trainings alle Fenster durchgehend zu öffnen.
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.

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.

Euer Vorstand

Sportausübung in Bayern

Bayernweite Krankenhausampel



Stufe Rot: Über 600 mit Covid-19-Patienten belegte Intensivbetten

- Ausweitung von 2G auf alle Bereiche, wo zuvor 3G gilt (u.a. Indoor-Sportbetrieb)
 - Ausgenommen: Gastronomie, Beherbergungen und körpernahe Dienstleistungen (bei 3G plus) sowie außerschulische Bildungsangebote (bei 3G)
- In Betrieben mit >10 Beschäftigten: 3G-Nachweispflicht am Arbeitsplatz, wenn für Beschäftigte während der Arbeit Kontakt zu anderen Personen (Kunden, Kollegen, Sonstige) besteht



Stufe Gelb: Mehr als 1.200 neue Covid-19-Patienten in Krankenhäusern (über 7 Tage) oder über 450 mit Covid-19-Patienten belegte Intensivbetten

- Maskenstandard wieder FFP2-Maske inkl. entsprechender Sonderregel für Kinder
- 3G wird zu 3G plus als Zugangsvoraussetzung. Erleichterungen wie bei freiwilligem 3G plus gelten nicht
 - Ausgenommen: Schulen, Hochschulen und außerschulische Bildungsangeboten
- 3G plus wird zu 2G (z.B. in Diskotheken, Clubs oder ähnlichen Freizeiteinrichtungen)



Stufe Grün: Grenzwerte noch nicht erreicht.

- Gültig für alle Sportarten: Sportausübung ohne Gruppenbegrenzung sowie der Betrieb von Fitnessstudios, Tanzschulen & Schwimmbädern sowohl Indoor als auch Outdoor möglich
- Ab Inzidenz von über 35: 3G-Nachweispflicht bei Indoor-Sport für Sporttreibende und ÜL
- Nutzung von Umkleiden und Duschen
- Versammlungen, Vereinsgastronomie und Veranstaltungen mit max. 25.000 Personen möglich
- Allgemeine Testpflicht entfällt & Medizinische Maske („OP-Maske“) als Masken-Standard
- Unter freiem Himmel generell keine Maskenpflicht
- In geschlossenen Räumen Maskenpflicht
- Inzidenzunabhängig gilt die 3G-Regelung bei Veranstaltungen mit mehr als 1.000 Personen

Weitere Regelungen

Regionaler Hotspot:

Greift die Hotspot-Regelung (7-Tage-Inzidenz über 300 und Auslastung der Intensivbetten über 80%), so gelten die Regelungen der Stufe „Rot“.

Bei Anwendung von **2G bzw. 3Gplus** gelten inzidenzunabhängig die folgende Erleichterungen:

- Wegfall der Maskenpflicht
- Wegfall der Personenbeschränkungen bei Veranstaltungen

Übergangsfrist (gültig ab 11. November 2021): Für Kinder und Jugendliche von 12 bis 17 Jahren gibt es eine **Übergangslösung zur Teilnahme am Sportbetrieb bis zum 31. Dezember 2021.** Grund dafür sind die regelmäßig durchgeführten Schultestungen.