



RUDERCLUB BADEN

Ruderclub Baden
Seestrasse 19
Postfach 208
CH-5432 Neuenhof

www.rcbaden.ch

«Ruderclub Baden»

Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 6. Juni 2020

Version: 6 Juni 2020
Ersteller: David Bodmer, Achim Gsell



Neue Rahmenbedingungen

Ab dem 6. Juni 2020 ist der Trainingsbetrieb in allen Sportarten unter Einhaltung von vereinspezifischen Schutzkonzepten wieder zulässig. Bei Sportaktivitäten, in denen ein dauernder enger Körperkontakt erforderlich ist, müssen die Trainings so gestaltet werden, dass sie ausschliesslich in beständigen Gruppen stattfinden mit Führung einer entsprechenden Präsenzliste. Als enger Kontakt gilt dabei die längerdauernde (>15 Minuten) oder wiederholte Unterschreitung einer Distanz von 2 Metern ohne Schutzmassnahmen.

Folgende fünf Grundsätze müssen im Trainingsbetrieb zwingend eingehalten werden:

1. Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.



2. Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind zwei Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten. Einzig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt in allen Sportarten wieder zulässig. Pro Person müssen mindestens 10 m² Trainingsfläche zur Verfügung stehen, was bedeutet, dass

- bei unseren Trainings auf dem Wasser keine Einschränkungen gelten, im Kraftraum (70 qm) sich jedoch maximal nur 7 Personen gleichzeitig aufhalten dürfen.
- Um die 2 m Abstand beim Duschen und Umziehen einzuhalten wird eine Obergrenze von 8 (Herrengarderobe) bzw. 6 (Damengarderobe) Personen festgelegt.

3. Gründlich Hände waschen

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld. Zudem sollen

- nach jedem Rudertraining die Griffe der Ruder
- nach jedem Ergometertraining der Griff
- nach jedem Krafttraining die Hanteln bzw. Hantelstangen

mit Seife/Reiniger gereinigt werden.

4. Präsenzlisten führen

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führt der Verein, zusätzlich zu den ohnehin schon obligatorischen Einträgen vor Beginn der Ruderausfahrten im Logbuch, für Trainingseinheiten im Kraftraum Präsenzlisten. Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem/der Corona-Beauftragten in vereinbarter Form zur Verfügung steht.

- Präsenzlisten im Kraftraum werden in Papierform geführt (Ausdruck Excel-Tabelle). Die Trainer müssen sich hier auch eintragen. Die Listen werden wöchentlich geführt.
- Präsenzlisten für Events wie Firmenrudern werden in einer Excel-Tabelle dem Corona-Verantwortlichen zur Verfügung gestellt.
- Motorbootausfahrten müssen – wie Rudertrainings – in das elektronische Logbuch eingetragen werden.

5. Bestimmung Corona-Beauftragte/r des Vereins

Jede Organisation, welche die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs plant, muss eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Beim RC Baden ist dies David Bodmer. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn (Tel. +41 79 435 7608, praesident@rcbaden.ch), oder an den Stellvertreter Achim Gsell (Tel. +41 79 770 0950, ruderchef@rcbaden.ch) wenden.

Besondere Bestimmungen

Für die Steuerleute weisen wir auf die Möglichkeit hin, sich individuell mit einer Gesichtsmaske zu schützen. Wer sich mit einer Maske schützen will, muss diese selbst mitbringen.