



Anweisungen für den Ruderbetrieb im RCB, gültig ab 26. Juni 2021

1. Regelung für alle Ruderinnen und Ruderer:

- Beim Rudern und beim Aufenthalt im Freien besteht keine Maskentragepflicht.
- Die Räumlichkeiten des RCB sind für alle Personen geöffnet. In den Innenräumen besteht Maskentragepflicht, ausser bei Konsumation. Bei Konsumation in den Räumlichkeiten besteht Sitzpflicht. Es ist auf eine ausreichende Lüftung zu achten.
- Bei Trainings besteht die Pflicht zum Eintrag im Logbuch bzw. einer Anwesenheitsliste für Anlässe.

2. Grundsatz: Infektionen mit COVID-19 im RCB vermeiden

- Personen mit Krankheitssymptomen dürfen nicht ins Training.
- Wir beachten die Hygiene- und Maskentragevorschriften an Land und zu Wasser.

3. Massnahmen im Ruder- und Trainingsbetrieb

- Hände mit Seife vor und nach dem Training waschen.
- Ruderfahrten und Trainings im Kraftraum bzw. Ergo-Trainings sind vor dem Start im Logbuch "efa" einzutragen (Contact-Tracing).
- Griffe von Skulls und Riemen sowie Ergometern mit Seifenwasser/Desinfektionsmittel reinigen.
- Hanteln Hantelstangen und weitere Geräte im Kraftraum mit Seife/Desinfektionsmittel reinigen.
- Alle gebrauchten Desinfektionsutensilien immer in geschlossene Kübel legen.

4. Besondere Bestimmungen

- Es gelten generell die Verordnungen des Bundesrates und der Aargauer Regierung. Anpassungen an neue Bestimmungen oder Empfehlungen von Swissrowing sind vorbehalten.