



STUTTGART-CANNSTATTER
RUDERCLUB
VON 1910

Ergänzende Regeln zum Sportbetrieb aufgrund Corona

Update gültig ab 19.06.2021



Auf Basis der COVID-19-Schutzmaßnahmen-Ausnahmenverordnung des Bundes und der Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg vom 03.06.2021 und einer 7-Tage-Inzidenz im Stadtkreis Stuttgart **unter 35** ergeben sich folgende Änderungen für unseren Sportbetrieb:

Kompaktinfo:

- Das **Bootshaus** wird **mit Einschränkungen geöffnet** (Details siehe Räumlichkeiten).
- Die Regeln für den **Ruderbetrieb** werden **erweitert**.
- Der **Indoor-Sportbereich** kann nach **Anmeldung mit Einschränkungen** genutzt werden.
- Die **Maskenpflicht** auf dem gesamten Vereinsgelände (inkl. Steg) bleibt bestehen.

1) Räumlichkeiten:

- a. Pro **Umkleide** dürfen sich **maximal drei Personen** aufhalten, davon **maximal eine Person** in der **Dusche**.
- b. Die Nutzung der **Toiletten** bitten wir **soweit möglich einzuschränken**.
- c. Beachtet dabei bitte unbedingt die **Hygiene-Aushänge**.
- d. Die **Werkstatt** darf durch **maximal zwei Personen** gleichzeitig betreten werden.
- e. **Kraftraum, Bootshallen, Bootsplatz und Steg** werden im Folgenden geregelt.

2) Allgemeine Hygiene- und Abstandsregeln:

- a. Folgende Personen dürfen die Sportanlagen **nicht** betreten und das Bootsmaterial nicht nutzen: Personen mit Kontakt zu Covid19-Patienten und Personen mit grippeähnlichen Erkältungssymptomen
- b. **Distanzregeln einhalten**: unabhängig von den Detailvorgaben im Folgenden ist immer ein Mindestabstand von **mehr als 1,5 m** zueinander einzuhalten, also speziell zu jeder Zeit auf dem Bootsplatz und auf dem Steg. Nur beim Boote tragen und Rudern darf der Mindestabstand unterschritten werden.
- c. Die allgemein bekannten Hygienevorschriften (häufiges und gründliches Händewaschen, Niesen in den Ellenbogen, Hände weg vom Gesicht) bitte anwenden. Wenn möglich bei Nutzung von Türklinken und bei Efa-Eintragung Textilien nutzen.

3) Allgemeine Regeln für den Ruderbetrieb

- a. Auf dem **Bootsplatz** und auf dem **Steg** sind zu jeder Zeit die **Abstandsregeln einzuhalten**.
- b. Es dürfen alle **Bootsklassen in beliebiger Besetzung gerudert** werden.
- c. **Abseits des Trainings** gelten weiterhin die **allgemeinen Kontaktbeschränkungen (Treffen mit max. 10 Person aus bis zu 3 Haushalten)**.
- d. Es findet generell keine Reservierung statt. Verteilt Eure individuellen Trainingszeiten nach Möglichkeit über den Tag. **Bitte beschränkt eure Anwesenheit auf dem Vereinsgelände auf max. 10 Minuten vor bzw. nach dem Training**.
- e. Am Efa-Rechner darf sich maximal eine Person aufhalten. Parallel dürfen nur die Personen **des gleichen Bootes** das Skullager betreten.
- f. In jeder **Bootshalle** darf sich nur **eine Bootsbesetzung** (s.o.) gleichzeitig aufhalten.
- g. Beim Tragen des Boots ist die Distanzregel einzuhalten, falls z.B. ein Einer zu zweit getragen wird.



- h. Nach dem Rudern werden die Skullgriffe mit Desinfektionslauge gereinigt. Die Innenhebel könnt Ihr auf die bereit gestellten Europaletten legen. Dort verbleiben sie während der Bootspflege, so dass eine hinreichende Einwirkdauer gegeben ist. Danach könnt Ihr sie im weißen Bottich mit klarem Wasser abspülen und zurück hängen. Eine fliegende Übergabe von Booten am Steg ist damit nicht mehr möglich.

4) Zusätzliche Regeln fürs organisierte Training:

Trainingstermine mit einer Gruppengröße bis 20 Personen sind möglich – vor bzw. nach dem Training gelten die allgemeinen Kontaktbeschränkungen.

5) Indoor-Sport:

- a. Der Indoor-Sportbereich ist für **bis zu drei Personen aus zwei Haushalten** nach vorheriger **Anmeldung** nutzbar.
- b. Zusätzlich darf **eine weitere vollständig geimpfte oder genesene Person nach Rücksprache mit der angemeldeten Person (siehe a)** den Indoor-Sportbereich nutzen.
- c. Während des Sports bleiben mindestens 2 Fenster dauerhaft offen.
- d. **Vor dem Training** tragen sich alle Personen in die **Liste** ein, die **im Krafraum ausliegt**. Dazu sind wir im Rahmen der Nachverfolgbarkeit verpflichtet.
- e. Die genutzten **Sportgeräte** sind nach dem Training mit dem bereitgestellten Desinfektionsmittel zu **reinigen**.
- f. Es stehen täglich Zeitslots von 90min zur Verfügung und sind über Heiko Gulan (sportbetrieb@stcrc.net) zu buchen.

6) Ergometer draußen / in der Bootshalle:

- a. In der linken Bootshalle verbleiben weiterhin **2 Ergometer**, die **nur draußen außerhalb des Bootsplatzes** unter Berücksichtigung der Abstandsregeln genutzt werden dürfen.

Der Vorstand des Stuttgart-Cannstatter Ruderclubs

Stuttgart, 18.06.2021