



**STUTTGART-CANNSTATTER**  
**RUDERCLUB**  
VON 1910

## **Ergänzende Regeln zum Sportbetrieb aufgrund Corona**

**Update gültig ab 22.09.2021**



Auf Basis Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg vom 16.09.2021 und SportVO vom 16.09.2021 ergeben sich folgende Änderungen für unseren Sportbetrieb:

## Kompaktinfo:

- Das **Bootshaus** ist **mit Einschränkungen geöffnet** (Details siehe Räumlichkeiten).
- Die Regeln für den **Ruderbetrieb bleiben bestehen**.
- Der **Indoor-Sportbereich** steht nach **Anmeldung für geimpfte, genesene oder getestete Personen** mit Einschränkungen zur Verfügung.
- Die Nutzung der **Umkleiden und Duschen** ist **nur für geimpfte, genesene oder getestete Personen** erlaubt.

## 1) Maskenpflicht:

- a. **Im Bootshaus** gilt eine **generelle Maskenpflicht** – Ausnahmen gelten während des Trainings im Kraftraum und in den Duschen.
- b. **Im Freien** gilt eine Maskenpflicht, wenn der **Abstand von 1,5m nicht eingehalten** werden kann – insbesondere beim **Tragen der Boote und am Steg**.

## 2) Geimpften-/Genesenen-/Getestetennachweis:

- a. Bei Veranstaltungen und Aktivitäten in geschlossenen Räumen (insbesondere die Nutzung des Indoor-Sportbereichs) muss von allen Teilnehmern ein Geimpften-, Genesenen- oder tagesaktueller negativer Testnachweis vorliegen.
- b. Der Nachweis muss jederzeit auf Nachfrage (z.B. eines Übungsleiters, Trainers oder Vorstands) vorgewiesen werden können.

## 3) Räumlichkeiten:

- a. Pro **Umkleide** dürfen sich **maximal drei Personen** aufhalten, davon **maximal eine Person** in der **Dusche**. Die Umkleiden und Duschen dürfen **nur von geimpften, genesenen oder getesteten Personen** genutzt werden.
- 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.

## 4) 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.



## 5) 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. Es findet generell keine Reservierung statt. Verteilt Eure individuellen Trainingszeiten nach Möglichkeit über den Tag.
- d. Am Efa-Rechner darf sich maximal eine Person aufhalten. Parallel dürfen nur die Personen **des gleichen Bootes** das Skulllager betreten.
- e. In jeder **Bootshalle** darf sich nur **eine Bootsbesatzung** (s.o.) gleichzeitig aufhalten.
- f. Beim Tragen des Boots ist die Distanzregel einzuhalten, falls z.B. ein Einer zu zweit getragen wird.
- g. 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.

## 6) Indoor-Sport:

- a. Der Indoor-Sportbereich ist für **bis zu fünf Personen** nach vorheriger **Anmeldung** nutzbar.
- b. Der Indoor-Sportbereich darf nur von **vollständig geimpften, genesenen oder getesteten Personen** genutzt werden.
- c. Während des Sports bleiben mindestens 2 Fenster dauerhaft offen.
- d. **Vor dem Training** tragen sich alle Personen in die **Liste** ein, die **im Kraftraum 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](mailto:sportbetrieb@stcrc.net)) zu buchen.

## 7) Zusätzliche Regeln fürs organisierte Training:

- a. Trainingstermine **im Außenbereich** sind unabhängig von der Gruppengröße möglich.
- b. **Für das organisierte Training mit Übungsleiter im Indoor-Sportbereich gilt abweichend eine maximale Gruppengröße von 15 Personen. Die Dokumentation der Teilnehmer erfolgt über ein separates Formular.**

Der Vorstand des Stuttgart-Cannstatter Ruderclubs

Stuttgart, 19.09.2021