



Ruderclub Rigi Küssnacht  
Seeburgstrasse 18  
CH-6403 Küssnacht

info@rcrigi.ch  
www.rcrigi.ch

# Ruderclub Rigi Küssnacht

## Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 31.10.2020

Version: 31.10.2020, angepasstes Konzept

Ersteller: Heinz von Euw / Beatrice Brand

### Neue Rahmenbedingungen

Der Bundesrat hat diese Woche eine Verschärfung der Covid-19-Verordnung besondere Lage vom 28. Oktober 2020 beschlossen, welche auch Auswirkungen auf den Schweizer Rudersport hat.

Der Rudersport darf im Gegensatz zu anderen Sportarten weiterhin betrieben werden. Im Einzelnen gilt folgendes:

#### **Trainingsangebote im Jugendsport** (für Kinder und Jugendliche vor dem 16. Geburtstag):

Training ist uneingeschränkt möglich (Indoor und Outdoor), keine Gruppengrössenvorgaben und keine Beschränkung der Bootsklassen. Keine Maskentragepflicht bei den Sportlern/-innen.

Trainer/-innen unterstehen der Maskentragepflicht.

#### **Trainingsangebote im Amateursport:**

Es gibt Vorgaben für die Ausübung des Sports in Gebäuden (Indoor) und im Freien (Outdoor), insbesondere betreffend der Maskentragepflicht.

Die Ausübung des Rudersports in den Vereinen ist weiterhin möglich. Einzig das Rudern im Einer (Skiff) ist ohne Maske weiterhin gestattet. Das Rudern in Mannschaftsbooten ist nur möglich, wenn alle Personen eine Maske tragen. (Siehe dazu 6. Besondere Bedingungen des RC Rigi Küssnacht)

Die folgenden 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 einhalten**

Bei der Anreise, beim Eintreten ins Ruderhaus, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind 1,5 Meter Abstand nach wie vor einzuhalten. Auf das Händeschütteln ist weiterhin zu verzichten. In Innenräumen gilt grundsätzlich eine Maskentragepflicht für alle Akteure.

Für die Trainingsausübung im Ergometerraum kann auf die Maske nur verzichtet werden, wenn die folgenden Voraussetzungen gegeben sind:

- 1) Der Raum ist genügend gross (Ist bei uns erfüllt)
- 2) Abstand > 1.5 und mehr
- 3) Beschränkung auf zwei Personen bei Intensivem Training (bei Stretching bis zu 6 Personen)
- 4) Die Raumlüftung muss gewährleistet sein

### 3. Gründliches 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. Beim Betreten des Bootshauses sind die Hände zu desinfizieren.

### 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 für sämtliche Trainingseinheiten **Präsenzlisten**. Die Person, die das Training leitet, sowie jeder einzelne ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste. Diese Liste muss dem Corona-Beauftragten jederzeit in dieser Form zur Verfügung stehen (vgl. Punkt 5).

### 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: In unserem Verein ist dies Beatrice Brand. Bei Fragen darf man sich an Sie wenden (Tel. 076 492 95 70 oder an [info@rcrigi.ch](mailto:info@rcrigi.ch)).

### 6. Besondere Bestimmungen RC Rigi Küssnacht

- Distanz- und Hygieneregeln sind weiterhin einzuhalten
- **Maskentragepflicht im ganzen Bootshaus und im Aussenbereich**
- Skiff kann ohne Maske gerudert werden. **Die Mannschaftsboote dürfen nur mit Maske gerudert werden. Ruderinnen und Ruderer, die im gleichen Haushalt leben, sind von dieser Vorschrift ausgenommen.**
- Alle Bootskategorien sind freigegeben
- Reinigungsmassnahmen: Boote, Ruder und Rollschienen wie üblich reinigen, Rollsitze mit Seifenwasser waschen, Rudergriffe und Dollen desinfizieren
- Rückverfolgbarkeit: Alle Ausfahrten sind zwingend in das Logbuch einzutragen (Hände desinfizieren) Ansammlungen vor dem PC / Pult sind zu vermeiden
- Garderoben und Duschen sind zugänglich mit max. 4 Personen. Abstandsregeln einhalten. Von Vorteil bereits in Trainingskleider erscheinen.
- Ergometer: Die Benützung der Trainingsgeräte ist ohne Masken erlaubt (vgl. Punkt 2). Vor dem Verlassen die benutzten Geräte reinigen und Griffe desinfizieren. Raum Lüften. Präsenzliste ausfüllen.
- Weiter gilt; WC-Ringe und Spültasten nach Benutzung desinfizieren.