



Hygienekonzept

Rudergesellschaft Wiking e.V., Berlin

vom 18.06.2021

Zur Eindämmung der Covid-19-Pandemie setzt sich die Rudergesellschaft Wiking e. V. gemäß der 10. SARS-CoV-2-Infektionsschutzverordnung des Landes Berlin vom 04.06.2021 auf ihrem Grundstück folgende Regelungen:

1. **ALLGEMEINES**
2. **RUDERBETRIEB**
3. **UMKLEIDEN UND DUSCHEN**
4. **NUTZUNG DES KRAFTRAUMES UND DES ERGOMETERRAUMES**
5. **AUSNAHMEN / BESONDERHEITEN**
6. **ÖKONOMIE**

1. Allgemeines

- a) Bei Anzeichen von Erkältungssymptomen ist das Betreten und der Aufenthalt des Vereinsgeländes zu vermeiden.
- b) Nach Kontakt zu positiv getesteten Personen, ist das Betreten des Vereinsgeländes untersagt. Es ist eine 14-tägige Inkubationszeit abzuwarten oder ein negativer Test auf Sars-Cov2 beizubringen.
- c) Die generellen Hygieneregeln sind stets einzuhalten. Dazu zählen häufiges Händewaschen mit einer Dauer von mindestens dreißig Sekunden, kein „Abklatschen“ bei Begrüßung und Verabschiedung,



Vermeidung von Berührungen mit den Händen im Gesicht, sowie Husten und Niesen in die Armbeuge.

- d) Alle Ruderfahrten sind mit Teilnehmern, Datum und Uhrzeit im Fahrtenbuch festzuhalten.
- e) Ebenso ist die Anwesenheit auf dem Vereinsgelände zu dokumentieren, damit im Fall eines Infektionsverdachts eine sofortige, lückenlose Nachverfolgung der Kontakte gewährleistet werden kann.
 - Dazu befindet sich eine entsprechende Liste im Eingangsbereich des Bootshauses, die bei jedem Aufenthalt im Verein vollständig auszufüllen ist. Darüber hinaus befindet sich eine weitere, gesondert für den Besuch der Gastronomie auszufüllende, Liste im dortigen Eingangsbereich auf dem Tresen.
 - Alternativ kann die Registrierung auch per Smartphone und die App *e-guest* durch Scannen des am Eingang ausgehängten Barcodes erfolgen.
- f) Die Desinfektionsspender im Eingangsbereich, in den Hallen und in den Toiletten sind beim Eintreffen im Verein zu benutzen und die Hände damit gründlich zu desinfizieren.
- g) Es ist zu jeder Zeit ein Mindestabstand von 1,50 m zu anderen Personen einzuhalten.
- h) Auf dem gesamten Gelände einschließlich Steganlage und Bootshaus ist eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen. Diese darf nur abgesetzt werden zum Duschen, bei der unmittelbaren Sportausübung im Boot oder auf dem Ergometer sowie bei der Nutzung der Außengastronomie am Tisch sitzend auf der Terrasse.
- i) Sport darf allein oder in Gruppen betrieben werden. Dabei gelten die in 3. aufgeführten Bedingungen für das Rudern in Mannschaftsbooten.



- j) Die Nutzung der Duschen und Umkleieräume ist erlaubt, wenn alle in 4. aufgeführten Bedingungen erfüllt sind.
- k) Das RKI beschreibt Informationen und Hilfestellungen für Personen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf. Den hiervon betroffenen Personen wird empfohlen, diese Informationen und Hilfestellungen zu berücksichtigen.

2. Ruderbetrieb

- a) Gerudert werden darf im Einer oder in Mannschaftsbooten. Das Rudern in Mannschaftsbooten.
- b. Beim Rudern muss beim Zuwasserlassen, Hochbringen, Reinigen und Einstellen der Boote von jedem eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden.
- c. Nach dem Sport sind zuerst die Hände erneut zu desinfizieren. Alle Griffstellen sind mit dem bereitgestellten Flächendesinfektionsmittel zu desinfizieren.

3. Umkleiden und Duschen

- a) Die Nutzung der Umkleiden und Duschen ist erlaubt. In der Herrendusche dürfen sich maximal 4 Personen gleichzeitig aufhalten. In Herrendusche und Herrenumkleide dürfen sich maximal 10 Personen gleichzeitig aufhalten. In der Damendusche dürfen sich maximal 2 Personen gleichzeitig aufhalten. In Damendusche und Damenumkleide dürfen sich maximal 5 Personen gleichzeitig aufhalten.

4. Nutzung des Krafraumes und des Ergometerraumes

- a) Die Nutzung des Krafraumes und des Ergometerraumes ist maximal 10 Personen gleichzeitig gestattet. Die Nutzung von



Kraftraum und Ergometerraum ist nur zulässig, wenn einer der folgenden Nachweise bei sich geführt wird:

- i. Über einen negativen Corona-Test, der nicht älter als 24 Stunden ist und in einem Testzentrum/am Arbeitsplatz etc. vorgenommen und den offiziellen Bestimmungen gemäß bescheinigt wurde – ein negativer Selbsttest reicht nicht aus oder
- ii. über die vollständige Impfung gegen Covid-19 seit mehr als 14 Tagen oder
- iii. über die Genesung an einer Covid-19-Erkrankung, die nicht länger als 6 Monate her ist.

Die Nachweise darüber müssen 14 Tage aufbewahrt werden!

- b) Die Hände sind vor dem Betreten des Kraftraumes und des Ergometerraumes an den Desinfektionsspendern zu desinfizieren.
- c) Der Aufenthalt im Kraftraum und im Ergometerraum muss in der Liste an der Tür dokumentiert werden.
- d) Eine Mund-Nasenbedeckung ist stets zu tragen und darf nur bei der jeweiligen Übung und zum Trinken abgenommen werden.
- e) Bei liegenden oder sitzenden Übungen muss auf den Matten / auf den Geräten ein Handtuch in Körpergröße untergelegt werden.
- f) Griffstellen an den Geräten, den Fahrrädern und Ergometern, sowie die Gewichtscheiben, sind vor und nach jeder Nutzung mit dem bereitgestellten Flächendesinfektionsmittel zu desinfizieren.
- g) Eine Durchlüftung der Räume muss sichergestellt sein. Dazu zählt, dass alle Fenster während der Nutzung offengehalten und nach Beendigung des Trainings wieder vollständig verschlossen werden müssen.



5. Ausnahmen und Besonderheiten

Bootshallen, Kraft-/Ergometerraum und Steganlage

- a) Wenn es notwendig ist, können die Abstandsregeln kurzzeitig unterschritten werden. Dies setzt das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung bei allen Beteiligten voraus. (Beispiele: Beim Tragen von Booten, bei Hilfestellung im Kraftraum)

5. Ökonomie

Für die Ökonomie gelten die allgemeinen Regelungen für das Gaststättengewerbe gemäß Infektionsschutzverordnung und die des separat ausgehängten Hygienekonzeptes für die Ökonomie.

Der Vorstand der Rudergesellschaft Wiking e.V.

Matthias Herrmann, Wolfram Miller, Eberhard Schoop, Martin Hasse