

«Rowing Club Bern»

Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 19. April 2021

Version: 04.05.2021

Autorin: Claudia Berlin, Corona-Beauftragte



Aktuelle Rahmenbedingungen

Der Bundesrat hat die Regelungen zur Bekämpfung der Coronavirus-Ausbreitung gelockert. Auf Grundlage der Informationen des SRVs vom 17.4.2021 haben wir unser Schutzkonzept angepasst.

Nur symptomfrei ins Training

- Personen, Trainierende wie Leiter/innen, mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb (auch Einzeltraining) teilnehmen.

Maskenpflicht

- Die Maskentragpflicht besteht im Bootshaus, auf dem Vorplatz und dem Steg. Ausserdem ist das Rudern ohne Gesichtsmaske verboten.
 - Ausnahmen von der Maskentragpflicht:
 - Im Skiff und den Liteboats muss keine Maske getragen werden.
 - Jugendliche jünger als Jahrgang 2001 sind von der Maskentragpflicht befreit. Sind jedoch ältere Personen im Boot, gilt für alle die Maskentragpflicht.
 - Sitzen im Boot ausschliesslich Personen des gleichen Haushalts, kann auf Masken beim Rudern verzichtet werden.
- Sind mehr als 1 Person auf dem Motorboot unterwegs, besteht Maskenpflicht.

Öffnung der Innenräume

- Der Clubraum, Krafraum und Empore sind für Trainings wieder für alle geöffnet. Bitte beachtet aber die Regeln fürs Indoortraining.
- Essen und Trinken sind für Personen älter als Jahrgang 2001 in Innenräumen untersagt. Bitte nutzt den Balkon für einen Umtrunk/Gipfeli etc. mit max. 10 Personen.
- Die Garderoben und Duschen dürfen benutzt werden. Max. 5 Personen dürfen sich gleichzeitig in der Garderobe aufhalten.
- Weiterhin gilt: Kommt bereits in Trainingsklamotten zum Training und gestaltet euren Aufenthalt in den Innenräumen so kurz wie möglich.

Regeln fürs Indoor-Training

- Beim Indoor-Training besteht Maskenpflicht und es ist auf genügend Abstand und Belüftung zu achten. Wir empfehlen euch aber weiterhin, das Ergo-Training auf dem Balkon oder der Terrasse durchzuführen.
- Im Krafraum sind max. 3 Personen gleichzeitig zulässig und max. 4 Personen auf den Ergometern im Clubraum.
- Beim Ergometer-Training könnt ihr nur auf die Maske verzichten, wenn max. **2** Personen gleichzeitig auf dem Ergometer im Clubraum trainieren.
- Ausnahmen von der Maskenpflicht für das Indoor-Training bestehen für Jugendliche unter 20 Jahren sowie Athlet*innen mit einer Talent Card. Für Trainer*innen besteht Maskenpflicht.
- Bitte nutzt das Reservationstool, um euch für das Training im Krafraum und auf den Ergometern anzumelden. Vor der Reservation überprüft jedoch in der Agenda, ob der jeweilige Raum dann nicht vom Regattateam genutzt wird.
- Dokumentiert euer Training im Krafraum und im Clubraum bitte immer im Fahrtenbuch.

Training auf dem Wasser

- Die maximale Gruppengrösse im Aussenbereich liegt weiterhin bei 15 Personen (Ausnahme: J+S, Regattateam).

Abstand halten & maximale Anzahl Personen

- Im und um das Clubhaus sind 1.5 Meter Abstand einzuhalten.
- Auf Händeschütteln, Abklatschen und anderweitigen Körperkontakt ist zu verzichten.
- Sämtliche geleitete und selbstständige Trainings vor dem Clubhaus sowie auf dem Wasser sind auf 15 Personen beschränkt. Ausnahmen bestehen für Jugendliche jünger als Jahrgang 2001.

Zugelassene Bootsklassen

- Es dürfen alle Bootsklassen gerudert werden. Da der Abstand von 1.5 Meter nicht eingehalten werden kann, besteht jedoch weiterhin die Maskenpflicht.
- Für die Reservierung eines Skiffs benutzt bitte das Reservationstool. Mannschaftsboote müssen nicht reserviert werden.

Sportgeräte desinfizieren

- Die Griffe der Ruder/Riemen, Krafraumgeräte (Liegeflächen und Griffe) und Ergometer (Griffe, Monitor und Rollstuhl) müssen nach jeder Benutzung desinfiziert werden.

Präsenzlisten führen

- Präsenzlisten werden für sämtliche Trainingseinheiten geführt (via Fahrtenbuch).
- Die Indoor-Trainings auf dem Ergometer und im Krafraum sind im Fahrtenbuch zu vermerken. Bitte vor dem Training eintragen und nach dem Training die «Fahrt» beenden, damit die Zeiten eures Aufenthalts erfasst werden können.
- Trainingsleiter/innen sind verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Einträge im Fahrtenbuch bzw. Präsenzlisten und dafür, dass diese der Corona-Beauftragten bis 14 Tage nach einem Training zur Verfügung stehen.

Vermietung des Bootshauses

- Die Vermietung des Bootshauses erfolgt unter folgenden Bedingungen:
 - Es sind maximal 10 Personen zulässig.
 - Indoor besteht Maskenpflicht.
 - Essen und Trinken sind nur auf dem Balkon bzw. der Terrasse erlaubt, aber nicht im Clubraum.

Corona-Beauftragte des Vereins

- Corona-Beauftragte des RCB ist Claudia Berlin, Co-Präsidentin des RCB:
praesidium@rowing.ch
- Im Fall einer Ansteckung haben Mitglieder unverzüglich die Corona-Beauftragte des RCB sowie ihre Trainingsgruppe zu benachrichtigen.

Bern, den 04.05.2021

Vorstand des Rowing Clubs Bern