

# «Rowing Club Bern»

## Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 31. Mai 2021

Version: 31.05.2021

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 30.05.2021 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 Maskentragepflicht besteht im Bootshaus, auf dem Vorplatz und dem Steg.
- Es kann wieder ohne Maske gerudert werden. Wir empfehlen jedoch den Steuerleuten, weiterhin eine Maske zu tragen.

### **Innenräume**

- Der Clubraum, Kraftraum und Empore sind für Trainings für alle geöffnet. Bitte beachtet aber die Regeln fürs Indoor-Training.
- Essen und Trinken sind für Personen älter als Jahrgang 2001 in Innenräumen untersagt. Bitte nutzt den Balkon für einen Umtrunk/Gipfeli.
- Die Garderoben und Duschen dürfen benutzt werden. **Max. 8 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.
- Beim Ergometer-Training könnt ihr nur auf die Maske verzichten, wenn max. **2** Personen gleichzeitig auf dem Ergometer im Clubraum trainieren.
- Beim Krafttraining könnt ihr nur auf die Maske verzichten, wenn ihr **alleine** trainiert.
- 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.
- Dokumentiert euer Training im Kraftraum und im Clubraum bitte immer im Fahrtenbuch (siehe «Präsenzlisten führen»).

### **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 im und vor dem Clubhaus sowie auf dem Wasser sind auf 50 Personen beschränkt. Ausnahmen bestehen für Jugendliche jünger als Jahrgang 2001.

### **Zugelassene Bootsklassen**

- Es dürfen alle Bootsklassen gerudert 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 20 Personen zulässig.
  - Indoor besteht Maskenpflicht, sofern es sich nicht um eine Privatveranstaltung handelt.
  - Es muss eine Anwesenheitsliste für das Contact Tracing geführt und auf Verlangen vorgelegt werden.

### **Corona-Beauftragte des Vereins**

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

Bern, den 31.05.2021

Vorstand des Rowing Clubs Bern