

Neue Regeln für alle Frauen-Ruder-Club Wannsee e.V. - Ruderinnen zur Sportausübung in Einern und Mannschaftsbooten soewie des Sports auf Ergometern und Sportausübung auf dem FRCW Gelände sowie im Rahmen der erlaubten Kontaktmöglichkeiten

unter strenger Einhaltung der Abstands- und Hygienevorschriften während der Gültigkeit der SARS-CoV2 EindmaßnV

Der Frauen-Ruder-Club Wannsee e.V. (FRCW) gestattet den Ruderbetrieb in Einern (seit 30.04.2020) und in Mannschaftsbooten (ab 15.06.2020) unter der Einhaltung der o. g. Vorschriften:

1. Grundsätzliche Regelungen

- Der Zugang zum Vereinsgrundstück ist **ausschließlich (FRCW-)Mitgliedern** unter der Einhaltung der derzeit geltenden Hygiene- und Abstandsregeln gestattet.
- Mitgliedern mit Symptomen, die eine Infektion mit dem COVID-19-Virus wahrscheinlich machen oder Kontakt zu COVID-Positiven Personen haben, ist der Zutritt zum Grundstück untersagt. Das Mitbringen von Gästen ist nicht gestattet.
- Bei bestimmten Personengruppen ist das Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf höher (siehe Hinweise des RKI unter: https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html).
- Dazu zählen über 60jährige Personen sowie Menschen mit vorbestehenden Grunderkrankungen, insbesondere:
 - Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems (z. B. koronare Herzerkrankung und Bluthochdruck)
 - chronische Erkrankungen der Lunge (z. B. COPD, Mukoviszidose).
 - chronischen Lebererkrankungen
 - Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
 - Krebserkrankungen
 - ein geschwächtes Immunsystem (z. B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder durch die regelmäßige Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr beeinflussen und herabsetzen können, z. B. Cortison)
 - neurologisch bedingte systemische Muskelerkrankungen
- Personen mit den o.g. Vorerkrankungen ist das Betreten des Vereinsgeländes **nicht** gestattet.
- Personen, welche einzig aufgrund ihres Lebensalters mit einem höheren Risiko rechnen müssen, entscheiden selbst auf Basis ihres individuellen Gesundheitszustandes. Es wird empfohlen, im Zweifelsfall auf das Rudern zu verzichten.

- Es ist eine Registrierung des Aufenthalts (Tag, Uhrzeit von/bis; Zweck (Grund des Aufenthalts) sowie Materialnutzung (z. B. Bootsname)) beim Vorstand (vorsitzende@frcw.de) per Mail aus Versicherungs- und Infektionsnachverfolgungsgründen zwingend vorgeschrieben und notwendig.
- Die unteren Umkleieräume und Toiletten sind wieder nutzbar.
- Die Duschen dürfen nicht genutzt werden!
-

- Während der Nutzung der Gardroben-/Umkleideräume sind aufgrund der Durchlüftung die beide Türen nach draußen zu öffnen und offen zu lassen und erst beim Verlassen der Räumlichkeiten zu schließen.
- Das Oberstübchen ist ausschließlich zur Sportnutzung (Ergometerrudern) v. max. zeitgleich 2 Aktiven unter der Einhaltung der Indoor-Abstandsregelung von mindestens 3 m gestattet. Voraussetzung: Für die Dauer der Nutzung muss die Eingangstür komplett durchweg wegen der Belüftung sperrangelweit geöffnet sein. Anschließend hat eine gründlichen Reinigung des/der Ruderergometer/s mit Wasser und Kernseife und selbstmitgebrachten Lappen zu erfolgen.
- Die Ergometer sind entsprechend der Abstandseinhaltung platziert und dürfen nicht verschoben werden (ein Ergometer im hinteren Teil an den Schränken, ein Ergometer vorne Fensterfront).
- Die beiden unteren Garderobenräume dürfen unter Einhaltung der Abstandsregelung zum Ablegen zum Kleidungswechseln genutzt. Ein längerer Aufenthalt in den Räumlichkeiten ist untersagt. Duschen im FRCW dürfen nicht betreten und genutzt werden. Es muss sich zu Hause geduscht werden.
- Ein Aufenthalt im Clubhaus ist nicht gestattet.
- Ein Aufenthalt auf dem FRCW-Clubgelände ist ausschließlich nicht gestattet.
- Ausschließlich zum Sporttreiben ist die Nutzung des FRCW-Grundstücks gem. der von der Senatsverwaltung der SARS-CoV2 EindmaßnV in § 7 Abs, 2 Nr. 2 geregelten max. Anzahl von derzeit 12 Personen unter Einhaltung eines 2m-Abstandes gestattet.
- Den Sportgruppen, die nicht aufs Wasser gehen, stehen dafür die entsprechende Anzahl von Klappstühle zur Nutzung für die Sportausübung auf dem Grundstück (Stuhlsport) ausschließlich im Freien zur Verfügung.
- Die Verantwortung der Einhaltung der Regeln trägt die jeweilige Gruppenverantwortliche.
- Der Bootsplatz als auch der Platz vor den Skullschränken ist ausschließlich für die Personen zu nutzen, die ein Ruderboot für die Ausübung des Rudersports vor- und nachbereiten.
- Veranstaltungen auf dem Vereinsgelände, Versammlungen, Besprechungen oder sonstige Ansammlungen von Mitgliedern, die die max. Höchstgrenze der Kontakte außerhalb des eigenen Hausstandes gem. § 1 der SARS-CoV2 EindmaßnV übersteigen, sind verboten.
- Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen, „Abklatschen“ oder Verabschiedungen müssen ohne Berührungen unter Einhaltung der Abstandsregelung erfolgen.
- Händewaschen vor und nach dem Sport auf dem Bootsplatz (Wasser, Flüssigseife wird bereitgestellt).
- Gründliche Reinigung der Rudergriffe und allem Zubehör incl. des Bootes mit Wasser und Kernseife sowie selbstmitgebrachten sauberen Lappen. Eimer und Flüssigkernseife wird vom FRCW zur Verfügung gestellt.
- Skulls mit Holzgriffen dürfen nicht genutzt werden.
- Alles, was berührt wurde, ist mit Wasser und Seife oder eigenes mitgebrachten Desinfektionsmittel zu reinigen.
- Beim Sport im Freien hat eine Person ein geringes Risiko, sich anzustecken. Das Risiko kann sekundär durch die Nähe zu Trainingspartnern erhöht werden. Es ist daher darauf zu achten, den Mindestabstand von 1,5m möglichst 2m bei der Interaktion auf dem Bootshausgelände einzuhalten, insbesondere bei der Materialpflege und beim Zuwasserlassen der Boote.

- Das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes (MKS) ist unter 2. Allgemeiner Ruderbetrieb geregelt.
- Der Aushang und die Veröffentlichung des Merkblatts „Gesundheitssituation für Sportler durch die aktuelle Coronavirus-Pandemie (SARS-CoV-2 / COVID-19)“ des Wissenschaftsrats der DGSP mit allen darin ausgesprochenen Empfehlungen sind strikt einzuhalten.

2. Allgemeiner Ruderbetrieb

- Die Einer, die auf dem Außenlager- sowie Skiffwagen liegen sowie dem Trimmi (Teddy) dürfen unter Einhaltung der Ruderordnung und Einerfahrberechtigung (bei Skiffs) genutzt.
- Das Betreten der Bootshalle ist ausschließlich zur Entnahme und Zurücklegen des notwendigen Bootes- und anderen Materialien gestattet.
- Mannschaften (nicht die Einerruderinnen) dürfen die Bootshalle nur mit Mund-Nasenschutz während der Zeit der Entnehmen eines Mannschaftsbootes (Dauer ca. 5 Minuten) und ebenso während der Dauer zum Zurücklegens des Bootsmaterials (ca. 5 Minuten) unter gleichen Bedingungen von jeweils nur einer Mannschaft gleichzeitig betreten werden.
- Eine Folgemannschaft darf aufgrund des Luftaustauschs erst 10 Minuten später ein Boot aus der Halle entnehmen.
- Zudem muss die Bootshalle während des Ruderbetriebs zur Lüftung offen bleiben.
- Es werden Gruppen mit jeweils 10 Aktiven zu einem festen Pool gebildet, aus denen Mannschaften für das Rudern zeitgleich in Mannschaftsbooten ermöglicht wird. Diese 10 Personen können für die Dauer des eingeschränkten Ruderbetriebs nicht in andere Rudergruppen wechseln.
- Alle 30 Minuten wird einem festen Pool (max. 10 Personen das Rudern in Mannschaftsbooten ermöglicht.
- Die namentlich am Vortag der Ruderleitung mitgeteilte Mannschaft darf für den Tag nicht verändert werden.
- Für Mannschaften besteht auf dem Bootsplatz bei der Vor- und Nachbereitung des Bootes als auch beim Zuwasserlassen und beim Herausnehmen die Verpflichtung zum Tragen eines Mund-Nasenschutzes. Während der Sportausübung ist dieser abzulegen.
- Singen ist im Mannschaftsboot nicht gestattet.
- Zur Vermeidung von Infektionen, die aufgrund des etwas geringeren Abstandes im Ruderboot gegeben ist, wird Sprechen im Boot ausschließlich zur Kommandogebung, die für die Ruderfahrt notwendig sind, der verantwortlichen Obfrau und der Steuerperson gestattet.
- Niesen und Husten ist auch im Boot nur in die Armbeuge gestattet.
- Es sind möglichst nur die ungesteuerten Boote mit Fußsteuerung zu fahren.
- Unter folgender Voraussetzung ist im Ausnahmefall (z. Bsp. Anfängerinnenausbildung oder Inclusion oder aufgrund Minderjährigkeit oder Bootsknappheit an ungesteuerten Booten) die Nutzung gesteuerter Boote möglich: Für die Steuerperson besteht durchweg die Verpflichtung zum Tragen einer eigenen FFP2 bzw. FFP3-Maske über Mund und Nase, da sie der Ruderperson gegenüber sitzt. Die Person darf daher keine Erkrankung oder Phobie haben, die dem Tragen dieses Schutzes entgegen steht.

- Das Rudern in Mannschaftsbooten ist ausschließlich als Sport ohne extreme Anstrengung möglich, um eine erhöhte Atemfrequenz und vermehrten Ausstoß von Aerosolen zu vermeiden.
- Für die Einhaltung sämtlicher Regelungen beim Mannschaftsbootrudern ist die jeweilige Obfrau verantwortlich.
- Festgelegte Ab- und Anlege Zeiten, zu denen sich die Mitglieder bis spätestens 19.00 Uhr des Vortages im Vorfeld bei der Ruderleitung per Mail aufgrund der Kontrollierbarkeit anmelden müssen.
- Zum Einerrudern können bis zu 3 Termine) zur gleichen Uhrzeit für das Rudern in Einern unter Einhaltung der bestehenden Hygiene- und Abstandsregelung und der bestehenden Stegregelung zum eingeschränkten Ruderbetrieb im FRCW angeboten werden. Bei der Vor- und Nachbereitung des Bootes ist dabei zur Sicherstellung der Abstandsregelung der Bootsplatz als auch der Platz vor dem Skullschrank zu nutzen."
- Zum Mannschaftsbootrudern wird pro halbe Stunde pro Pool ein Termin vergeben.
- Durch die Ruderleitung (gunnel.stueken@gmail.com) erfolgt eine Genehmigung per Mail oder per Telefon. Bei Belegung v. Uhrzeiten wird eine Mitteilung der geänderten Uhrzeit per Mail oder Telefon von der Ruderleitung übermittelt.
- Jede Ablege Zeit wird für max. drei Mitglieder im Einer bzw. max. einem festen Pool (bis zu 10 Personen) als Mannschaft vergeben. 30 Minuten Abstand zwischen den Nachfolge-Ablegezeiten, so dass Kontaktmöglichkeiten möglichst vermieden werden. Die Ruderleitung veranlasst nach Mitteilung der erfolgten Fahrt die Mitteilung zur Eintragung ins efa-Fahrtenbuch. Alle notwendigen Angaben sind dafür im Anschluss zu übermitteln.
- Maximal ein Boot je Stegseite – versetzt (vorderer Stegteil/hinterer Stegteil).. Somit wird ein Abstand von mehreren Metern gewahrt.
- Die Benutzung der Steganlage ist einvernehmlich mit dem PRC-G und mit dem Kanu-Club Klare Lanke vor Ort abzustimmen.
- Zu den Trainingsterminen der Junioren/innen und der Kinder des WSC Wannsee ist aufgrund der aufwändigen Organisation des Kinder- und Jugendsports ein An- und Ablegen innerhalb von 30 Minuten ab Termin und ca. 2 Stunden danach (Trainingsende) nicht möglich. Den Trainierenden sowie Kinder- und Jugendlichen und deren Betreuern ist in der Zeit Vorrecht am Steg einzuräumen.
- Zu Terminen der Ausbildung (Anfängerausbildung) hat die Ausbildung Vorrang.
- Es dürfen sich beim Einerrudern nicht mehr als 2 Personen gleichzeitig unter Einhaltung der Abstandsregelung auf dem Steg aufhalten.
- Bei Mannschaftsbooten max. pro Seite die Anzahl der Mannschaft (derzeit 5, aufgrund der max. zulässigen Kontakte außerhalb des eigenen Hausstandes gem. § 1 der SARS-CoV2 EindmaßnV). bzw. 12 bei der Sportausübung.
- Es wird zügig an- und abgelegt. Ein Aufenthalt auf dem Steg ist nicht zulässig.
- Kommt es zu Begegnungen auf dem Bootsplatz (z.B. ein Mitglied legt ab, eines wieder an) gilt: Einhaltung eines Mindestabstands zueinander.
- Das Clubgelände ist nach dem Reinigen des benutzten Materials möglichst zügig zu verlassen, damit andere Aktive dieses Nutzen können. Es dürfen sich max. die Höchstzulässige Anzahl von Clubmitgliedern außerhalb des eigenen Hausstandes gem. § 1 der SARS-CoV2 EindmaßnV unter Einhaltung der

Hygiene- und Abstandsregelung bzw. der Sportgruppen (12 Personen) zeitgleich auf dem Clubgelände aufhalten.

- Jedes Mitglied/Ruderin hat sorgfältig und eigenverantwortlich auf die Abstandsregelungen am Steg und auf dem Gelände zu achten.

Der FRCW ist für die Genehmigung zur Ausübung des kontaktfreien Ruderns in Mannschaftsbooten mit dem geringer als 1,5m Mindestabstand sehr dankbar und zeigt dies durch die vorschriftsmäßige Einhaltung der Regelungen.

Es wird die strikte Einhaltung der Regelungen erwartet, da Verstöße u. a. von der Polizei und der Senatsverwaltung mit Bußgeldern geahndet werden können, die Genehmigung entzogen werden kann und ggf. auch bis zum Entzug der Nutzungsvereinbarung des Clubgeländes führen kann

Der Geschäftsführende Vorstand garantiert gegenüber der Senatsverwaltung die Beachtung der Vorgaben und behält sich dadurch bei Verstoß gegen die Regelung geänderte Maßnahmen, bis zur erneuten Komplettschließung des FRCW's, vor.

Eine Lockerung des eingeschränkten Sportbetriebs als auch die Nutzung des Grundstücks auch außerhalb der Sportausübung unter Vorgaben der Berliner Senatsverwaltung wird rechtzeitig mit neuen entsprechenden Regelungen durch den Geschäftsführenden Vorstand bekannt gegeben.

Der geschäftsführende Vorstand des Frauen-Ruderclub Wannsee e. V.
12.06. 2020