



Ruderclub Zürich  
Mythenquai 87  
CH-8002 Zürich

info@rcz.ch  
www.rcz.ch

# Ruderclub Zürich

## Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 10. September 2020

Version: 20200910  
Ersteller: Ruderclub Zürich, AG Corona | Maries van den Broek, Beat Soller

### Neu: Maskentragpflicht in allen Innenräumen

Mit Ausnahme des Kraftraum gilt für alle Innenräume, inkl. Terrasse, eine Maskentragpflicht. Für den Kraftraum gelten eigene Bestimmungen. Essen und Trinken in den Räumen ist nicht gestattet.

### 1. Verantwortung und Rücksicht

Das Schutzkonzept basiert auf dem Prinzip der Eigenverantwortung und verlangt solidarisches Handeln aller.

### 2. Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen (vgl. Punkt 5). Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

### 3. 1.5 Meter Abstand halten

Bei der Anreise, beim Eintreten in die Sportanlage, 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 einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten.

### 4. Gründlich die Hände waschen

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach dem Training gründlich (mindestens 20 Sekunden) mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld.

### 5. Contact Tracing | Präsenzlisten | Logbuch

Um eine zweite Infektionswelle zu verhindern, müssen infizierte Personen baldmöglichst identifiziert und isoliert werden. Sobald jemand Symptome bekommt, soll er/sie dies umgehend der Corona-Beauftragten (vgl. Punkt 6) und allen, mit wem er/sie während der letzten Woche in Kontakt war, melden. Die Person und alle, welche mit der Person in Kontakt waren, müssen sich laut BAG-Empfehlung für 10 Tage in Selbstisolation

begeben. Kontakte müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führt der RCZ für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten. Leistungssport: Die Person, die das Training leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste. Die übliche Präsenzföhrung für J+S ist ausreichend. Breitensport: Der Eintrag ins Logbuch reicht.

**Für den Krafraum sind separate Listen aufgelegt. Vor dem Eintritt in den Krafraum muss ein Eintrag erfolgen und nach dem Austritt die Austrittszeit eingetragen werden.**

## 6. Bestimmung Corona-Beauftragte/r des Vereins

Nach neuen Rahmenbedingungen muss jede Organisation, welche die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs plant, eine/n Corona-Beauftragte/n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Bei unserem Verein ist dies Maries van den Broek. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an sie wenden: 078 605 24 01, leistungssport@rcz.ch

## 7. Besondere Bestimmungen

- Maskentragungspflicht in allen Innenräumen inkl. Terrasse.
- Essen und Trinken ist in den Räumen nicht erlaubt.
- Alle Bootskategorien sind nutzbar. Wir empfehlen dem Steuermann eine Maske zu tagen.
- Vor- und nach dem Rudern die Hände mit Seife gründlich reinigen.
- Die Bootshalle und die Clubumgebung ist unter Einhaltung der Distanzregel nutzbar.
- Die Garderoben sind offen und nutzbar.
- Duschen sind nutzbar. Es dürfen sich maximal 4 Personen darin aufhalten.
- WC's sind nutzbar.
- Der Clubraum ist nutzbar.
- Für Veranstaltungen gelten Sonderregeln und ein separates Schutzkonzept. Bitte beim Vermietungsteam nachfragen.
- Die Terrasse ist offen und nutzbar.
- Der Krafraum ist nutzbar: Siehe separates Schutzkonzept.