



Ruderclub Zürich
Mythenquai 87
CH-8002 Zürich

info@rcz.ch
www.rcz.ch

Ruderclub Zürich

Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 31. Oktober 2020

Version: 31. Oktober 2020
Ersteller: Ruderclub Zürich, AG Corona | Maries van den Broek, Beat Soller

Verantwortung, Rücksicht und Maskenpflicht

Das Schutzkonzept basiert auf dem Prinzip der Eigenverantwortung und verlangt solidarisches Handeln aller. **Im gesamten Areal des RCZ herrscht generell Maskenpflicht**, im Innen- und im Aussenbereich.

Benutzung Bootshaus und Areal

Das Bootshaus und Areal sind ausschliesslich für Training zu benutzen; Essen, Trinken und Verweilen sind hier untersagt.

Der Clubraum, die Garderoben und Duschen sind geschlossen. Alle kommen und gehen in Sportkleidern. Die Kästli dürfen genutzt werden.

WC's sind benutzbar.

Bis auf weiteres finden keine Clubveranstaltungen statt.

Der Clubraum kann bis auf weiteres nicht mehr gemietet bzw. durch Mieter genutzt werden.

Wassertrainings

Wassertrainings sind nach wie vor möglich. Alle Bootskategorien sind benutzbar. **Masken müssen auch im Mannschaftsboot getragen werden**; nur im Skiff kann ohne Maske gerudert werden. Auf dem Steg, im Bootshaus und auf dem ganzen Areal muss eine Maske getragen werden.

Indoor Trainings

Der Kraftraum und der Clubraum dürfen ausschliesslich durch den Leistungssport benutzt werden und sind für den Breitensport ausnahmslos gesperrt.

Die Terrasse darf durch den Leistungs- und Breitensport benutzt werden.

Es darf ohne Masken trainiert werden, aber **die Distanz von 1.5 Meter sowie eine Fläche von 15 m² pro Person** muss immer gewährleistet sein.

- Im Kraftraum dürfen maximal 9 Leistungssportler + 1 Trainer anwesend sein.
- Im Clubraum dürfen maximal 4 Leistungssportler + 1 Trainer anwesend sein.
- Auf der Terrasse dürfen maximal 2 Personen anwesend sein.

Die Platzierung von Geräten und Tischen darf nicht geändert werden.

Nur symptomfrei ins Training

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT am Trainingsbetrieb teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, resp. begeben sich in Isolation und klären mit dem Arzt das weitere Vorgehen ab.

1.5 Meter Abstand halten

Bei der Anreise sowie beim Eintreten in die Sportanlage, sind 1.5 Meter Abstand einzuhalten und auf das traditionelle Shakehands und Abklatschen ist zu verzichten.

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.

Contact Tracing | Präsenzlisten | Logbuch

Um eine Infektionswelle zu verhindern, müssen infizierte Personen baldmöglichst identifiziert und isoliert werden. Sobald jemand Symptome bekommt, soll er/sie dies umgehend der Corona-Beauftragten und allen, mit denen 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.

Breitensport: Für Ausfahrten reicht der Eintrag ins Logbuch. Für Ergotraining auf der Terrasse ist die Kontaktliste auszufüllen.

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