



## Schutzkonzept für den Trainingsbetrieb ab 6. Juni 2020 der Ruder Sektion des Grasshopper Club Zürich

### **Thomas Baumgartner, Chef Liegenschaften & Betrieb (Corona-Beauftragter der GC Ruder Sektion)**

Liebe Grasshopper Ruderer, basierend auf dem Entscheid des Bundesrates vom 27. Mai 2020 können ab dem 6. Juni 2020 die Einschränkungen für den Trainingsbetrieb in den Vereinen weiter gelockert werden. Damit werden für uns insbesondere Ausfahrten in allen Bootsklassen erlaubt und die Benützung von Garderoben und Duschen sowie anderen Nebenräumen wieder freigegeben. Auch unser Clubrestaurant kann analog den Vorgaben für die Gastronomie wieder öffnen.

### Neue Rahmenbedingungen

Ab dem 6. Juni 2020 ist der Trainingsbetrieb in allen Sportarten unter Einhaltung von vereinspezifischen Schutzkonzepten wieder zulässig. Das bisherige Schutzkonzept der Ruder Sektion des GCZ wird entsprechend in seinem bisherigen Umfang aufgehoben und durch dieses standardisierte Schutzkonzept ersetzt. Während des Trainingsbetriebs zwingend zu beachten und auch einzuhalten sind folgende fünf, einfache Grundsätze:

#### **1. 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 Hausarzt das weitere Vorgehen ab.

#### **2. Abstand halten**

Bei der Anreise, beim Eintreten ins Bootshaus, im Freien d.h. vor und hinter dem Bootshaus und auf dem Steg und Ponton, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach dem Training, bei der Rückreise – **in all diesen und ähnlichen Situationen sind 2 Meter Abstand nach wie vor einzuhalten und auf das traditionelle Händeschütteln und Abklatschen ist weiterhin zu verzichten.**

**Einig im eigentlichen Trainingsbetrieb ist der Körperkontakt in allen Sportarten wieder zulässig.**

**Pro Person müssen mindestens 10 m<sup>2</sup> Trainingsfläche** zur Verfügung stehen, was bedeutet, dass bei unseren Trainings im **Kraftraum inklusive Flächen bei dem Rollgestell der Einer sowie der Ergometer-Plattform insgesamt maximal 10 Personen** teilnehmen dürfen.

Dabei ist bei der **Besetzung der Ergometer und der Kraftrainingsstationen** darauf zu achten, dass ein **Abstand von 2 Metern zwischen den gerade trainierenden Sportlern** eingehalten wird.

#### **3. Hände waschen (gründlich und regelmässig)**

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach dem Training gründlich mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld. Desinfizieren mit den bereitgestellten Desinfektionsmitteln ist ebenfalls sehr empfehlenswert.

#### **4. Präsenz- und bei Ausfahrten Logbuch führen**

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können.

Um das Contact Tracing zu vereinfachen, führt die Sektion für sämtliche Trainingseinheiten Präsenzlisten, d.h. es liegt im **Eingangsbereich eine entsprechende Liste (Anwesenheitskontrolle)** auf in das sich **jeder, der das Bootshaus betritt mit Datum, Vornamen, Namen, Eintritts- und Austrittszeit** einträgt. Der Eintrag der aktuellen Aktivität (z.B. Ergometer- und/oder Krafttraining, Rudern) während der Anwesenheit ist fakultativ. Der **Eintrag ins Logbuch (bei Ausfahrten)** ist zudem zwingend (wie immer schon) zu machen! Bei geführten Trainings ist die Person, die das Training leitet, für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste verantwortlich.

#### **5. Corona-Beauftragter der GC Ruder Sektion**

Der Corona-Beauftragte ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. In der Ruder Sektion des Grasshopper Club Zürich ist dies Thomas Baumgartner. Bei Fragen darf man sich gerne direkt an ihn wenden

(Tel. +41 79 287 81 55 oder tb@baumgartner-partner.ch).