

## Hygieneplan Kinder- und Jugendrudern (21.01.2021)

von Lübecker Ruder-Klub e.V.  
und Lübecker Frauen-Ruder-Klub e.V.  
Charlottenstr. 33, 23560 Lübeck



---

Zur schrittweisen Wiederaufnahme des Rudersports trotz des weiter intensiven Infektionsgeschehens wollen wir die bestehenden Freiheitsgrade der gültigen Landesverordnung wie vom RVSH beschrieben nutzen. Als dringlichste Gruppe wollen wir den Kindern und Jugendlichen unter intensiver Betreuung unserer Trainer Maxi Frank, Jan-Erik Riechert und Christina Heuer das Rudern wieder ermöglichen. Dabei bleiben die Rahmenbedingungen weiter aktuell:

- Vermeidung aller unnötigen Kontakte,
- Vermeidung von Ansteckung,
- Schutz der Sportler auf dem Wasser.
- Beachtung aller gültigen Hygiene- und Abstandsregeln.

Daher gelten ab sofort und bis auf Weiteres folgende Regeln:

1. Ab Sonnabend 23. Januar 2021 wird wieder mit einem eingeschränkten und regulierten Ruderbetrieb für Kinder und Jugendliche in Einern oder Zweiern begonnen. Es werden Trainingsgruppen mit maximal 2 Booten gebildet.
2. Ein Trainer/Trainerin betreut pro Trainingsgruppe maximal 2 Boote gleichzeitig. Dabei begleitet er/sie die Trainingsgruppe im Motorboot vom Ablegen der Ruderer/Ruderinnen durch das gesamte Training hindurch bis zum Wiederanlegen. Jedem Boot einer Trainingsgruppe wird ein Platz zum Einsteigen auf dem Steg mit dem dazugehörigen Stegzugang zugewiesen. Gleiches gilt für das Anlegen.
3. Pro Trainingseinheit dürfen sich gleichzeitig maximal 2 Trainingsgruppen auf dem Wasser befinden. Ein Abstand von 15 Minuten zwischen den Trainingsgruppen ist einzuhalten.
4. Die Trainer werden die zu betreuenden Kinder bestimmten Booten zuordnen und Trainingszeiten für die Trainingsgruppen vergeben. Dabei ist vorrangig das Rudern im Einer zu betreiben. Wo dies aus Sicherheitsgründen nicht sinnvoll ist, können für die Dauer dieser Regelung feste Zweier-Fahrgemeinschaften gebildet werden. Diese sind vor der ersten Fahrt als Fahrgemeinschaft auf den bekannten Formularen zu registrieren. Gleiches gilt für die von den Eltern unterschriebenen Verpflichtungserklärungen. Fahrgemeinschaften können nicht gewechselt oder gemischt werden.
5. Sollten Fahrgemeinschaften aufgelöst werden, so ist eine 10-tägige Karenzzeit einzuhalten, bevor die betroffenen Ruderer/Ruderinnen neue Zweier-Fahrgemeinschaften bilden können. In dieser Zeit ist für die Betroffenen nur das Fahren im Einer möglich.

6. Die Sportler können weder die Umkleieräume noch die Duschen benutzen und müssen in Sportkleidung pünktlich zum Rudern erscheinen. Das Mitführen von Wechselbekleidung und eines Handtuchs ist erforderlich, falls es zu einer Kenterung kommen sollte. Die Ruderer/Ruderinnen sollen nicht eher als 5 Minuten vor dem geplanten Termin auf dem Bootsgelände eintreffen und dieses innerhalb von 5 Minuten nach Abschluss des Trainings verlassen. Sofern sich noch Ruderer/Ruderinnen einer vorherigen Trainingsgruppe auf dem Bootsgelände befinden darf dieses nicht betreten werden.
7. Auf dem Bootsplatz, in den Hallen und auf der Steganlage besteht für alle, auch die Trainer, die Pflicht zum Tragen eines geeigneten Mund-Nasen-Schutzes.
8. Die Bootshallen dürfen nur einzeln bzw. zusammen von einer festen Zweier-Fahrgemeinschaft betreten werden.
9. Jeder Ruderer/Ruderin trägt sein Boot allein und betritt den Steg über dem ihm/ihr zugewiesenen Stegzugang. Gleiches gilt für das Zurücklegen des Bootes. Sollte Hilfe beim Bootstragen oder Einsetzen des Bootes erforderlich sein wird diese durch den anwesenden Trainer unter Einhaltung eines Abstands von mindestens 2 Metern geleistet.
10. Nach dem Rudern sind die Griffe der Skulls oder Riemen zu desinfizieren. Mittel stehen dafür bereit.
11. Notwendige Einstellarbeiten an den Booten sind durch die Betreuer vor Beginn der jeweiligen Trainingseinheit an Land vorzunehmen. Ein Wechsel der Einstellungen sollte so selten wie möglich erfolgen.
12. Alle Fahrtenbucheinträge werden durch die Trainer erledigt.
13. Die Bootshallentüren sind generell geschlossen; sie dürfen nur zum Herausnehmen und Zurückbringen der Boote geöffnet werden.
14. Für den Fall der Kenterung eines Bootes befinden sich in einer Notfalltasche, die von den Trainern im Motorboot mitzuführen ist, FFP2 Masken, eine Decke und eine Folie zum Warmhalten der Sportler.
15. Außer für die zum Training eingeteilten Kinder und Jugendliche ist das Rudern weiter nicht erlaubt.
16. Die Nutzung des Krafraums, der Umkleiden und der Toiletten ist nicht gestattet.
17. Bitte kommt nur, wenn Ihr Euch vollständig gesund fühlt.
18. Kosten, die eventuell aufgrund von Verstößen gegen die Hygienevorschriften entstehen, müssen vom Zuwiderhandelnden übernommen werden.

Wir gehen davon aus, dass Ihr Euch an diese Regeln haltet und wünschen Euch weiterhin viel Spaß beim Rudern und gute Gesundheit.

Lars Sörensen  
Vorsitzender LRK

Maj-Britt Borchardt  
Vorsitzende LFRK