

## **Hygienekonzept gem. § 4 Abs. 1 Landesverordnung zur Bekämpfung des Coronavirus SARS-CoV-2 vom 26. Juni 2020**

### **Allgemein gilt:**

- Nach Ankunft im Verein sind zunächst die Hände gründlich zu waschen oder zu desinfizieren.
- Sporttreibende erscheinen nach Möglichkeit bereits in Sportkleidung und duschen zu Hause.

### **Für ein Training im ERC-Fitnessraum und Multifunktionsraum sind folgende Regeln zu beachten:**

- 1) Alle Sporttreibende tragen sich mit Datum, Namen, Anschrift, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Uhrzeit und Verweildauer in die ausliegende Liste im Bootshaus ein. Ein eigener Kugelschreiber ist hierfür mitzubringen.
- 2) Es dürfen maximal **fünf** Personen gleichzeitig bei geöffneten Fenstern unter Einhaltung der Abstandsgebote gemäß der jeweils gültigen Landesverordnung pro Raum trainieren.
- 3) Die ERC-Sportmatten dürfen nicht verwendet werden.
- 4) Für Gymnastik oder Dehnübungen auf dem Boden sind private Sportmatten zu verwenden, die jeder Sporttreibende mitzubringen und wieder mitzunehmen hat.
- 5) Als Unterlage für Übungen wie z.B. Bankziehen ist ein eigenes Handtuch mitzubringen.
- 6) Die Sportler dürfen nicht im Wechsel an den gleichen Geräten bzw. mit den gleichen Hanteln/Stangen trainieren.
- 7) Am Geräteturm darf nur eine Person zeitgleich trainieren.
- 8) Nach Gebrauch sind die benutzten Sportgeräte durch die Benutzer **desinfizierend zu reinigen**.
- 9) Außer beim Ergometertraining ist ein Mund-Nase-Schutz zu tragen.

### **Für ein Training auf dem Gelände des ERC (z.B. Gymnastik, Tabata usw.) sind folgende Regeln zu beachten:**

- 10) Die Anwesenheit der Sporttreibenden ist auf einer Teilnehmerliste zu dokumentieren. Die Teilnehmerliste beinhaltet die folgenden Informationen: Datum, Namen, Anschrift, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Uhrzeit und Verweildauer.
- 11) Die ERC-Sportmatten dürfen nicht verwendet werden.
- 12) Die Sporttreibende bringen hierfür ihre privaten Sportmatten mit.

### **Für das Rudern in den Ruderbooten sind außerdem folgende Regeln zu beachten:**

- 13) Alle Sporttreibende tragen ihre Fahrten im Fahrtenbuch ein.
- 14) Beim Tragen der Boote wird das Anlegen eines Mund- und Nasenschutz empfohlen, sofern der Mindestabstand von 1,5 Metern nicht eingehalten werden kann.  
Ausnahme: Personen einer häuslichen Gemeinschaft.
- 15) Es ist zulässig, die Boote zwischen den Auslegern zu tragen.
- 16) Es ist zulässig, Mannschaftsboote unterbesetzt zu rudern.

- 17) An den Bootsstegen dürfen maximal ein Mannschaftsboot oder zwei Einer zeitgleich an- oder ablegen.
- 18) Nach der Fahrt sind zusätzlich zur normalen Bootswäsche Rollsitze, Rudergriffe und Steuerleine gesondert zu reinigen.
- 19) Das Rudern in vollbesetzten Mannschaftsbooten ist auf Gewässern in Schleswig-Holstein zulässig.
- 20) Für Fahrten in Mannschaftsbooten auf Gewässern außerhalb Schleswig-Holsteins, ist vor jeder Fahrt zu prüfen, ob dies nach der jeweiligen Landesgesetzen und Verordnungen zulässig ist.

**Für die Nutzung der Umkleide- und Sanitärräume sind folgende Regeln zu beachten:**

- 21) Die Umkleideräume dürfen von max. 5 Personen gleichzeitig genutzt werden.
- 22) Die Duschräume dürfen von max. einer Person gleichzeitig genutzt werden. Es besteht die Pflicht zum Tragen von Badeschuhen.
- 23) Auf eine Lüftung der Umkleideräume und Duschen ist zu achten.
- 24) Die Toilettenräume dürfen von max. zwei Personen gleichzeitig betreten werden.

**Bei Veranstaltungen auf dem ERC-Gelände sind folgende Regeln zu beachten:**

- 25) Veranstaltungen außerhalb geschlossener Räume auf dem ERC-Gelände dürfen nur mit einer Teilnehmeranzahl von bis zu maximal 150 Personen durchgeführt werden. Die Teilnehmeranzahl ist über eine vorherige Anmeldung bei dem jeweiligen Veranstalter zu steuern.
- 26) Besuchender sowie Teilnehmende halten in der Einrichtung oder Veranstaltung und beim Warten vor dem Eingang das Abstandsgebot aus § 2 Absatz 1 der gültigen Landesverordnung ein. Für die Sportausübung außerhalb geschlossener Räume während der Veranstaltung gelten die Abstandsgebote gemäß der jeweils gültigen Landesverordnung.
- 27) Besuchende sowie Beschäftigte, Teilnehmende halten die allgemeinen Regeln zur Husten- und Niesetikette ein.
- 28) Nach Ankunft im ERC sind zunächst die Hände zu waschen oder zu desinfizieren.
- 29) Alle Teilnehmende der Veranstaltung tragen sich mit Datum, Namen, Anschrift, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Uhrzeit und Verweildauer in die ausliegende Teilnehmerliste ein. Ein eigener Kugelschreiber ist hierfür mitzubringen.
- 30) Sporttreibende erscheinen nach Möglichkeit bereits in Sportkleidung und duschen zu Hause.
- 31) Beim Betreten der Flure, der Umkleideräume und der Toiletten des Bootshauses und der Bootshalle ist ein Mund-Nase-Schutz zu tragen.
- 32) Auf dem Gelände wird das Tragen eines Mund-Nase-Schutzes empfohlen, sofern der Mindestabstand von 1,5 Metern nicht eingehalten werden kann.  
Ausnahme: Für Sporttreibende gelten die für die Sportausübung außerhalb geschlossener Räume geltenden jeweils aktuellen Regelungen der Landesverordnung.
- 33) Oberflächen, die häufig von Besuchenden sowie Teilnehmenden berührt werden, sowie Sanitäreinrichtungen sind regelmäßig zu reinigen.
- 34) Personen, die nicht zur Einhaltung dieser Regeln bereit sind, ist im Rahmen des Hausrechts der Zutritt zu verwehren.