

Hygieneplan für den Kraft-/Fitnessraum (ab 01.11.21)

von Lübecker Ruder-Klub e.V.

und Lübecker Frauen-Ruder-Klub e.V.

im Bootshaus Charlottenstr. 33, 23560 Lübeck



Basierend auf der Ersatzverkündung der Landesverordnung zur Bekämpfung des Coronavirus SARS-CoV-2 (verkündet am 13. Oktober 2021, in Kraft ab 17. Oktober 2021) ist die **Benutzung des Kraftraums nur für Geimpfte, Genesene** und getestete, minderjährige Schüler möglich.

Dieser Hygieneplan ist für jegliche Nutzung des Kraft-/Fitnessraumes verbindlich. Mit dem Betreten des Raumes erkennen die Nutzer diese Regeln an.

1. Gesundheit und Infektionsvermeidung haben oberste Priorität!
2. Sportler*innen mit jeglichen Krankheitssymptomen haben dem Sportbetrieb fernzubleiben! Alle Sportler*innen müssen eine Covid-19-Verpflichtungserklärung abgegeben haben. Die bisherigen Covid-19-Verpflichtungserklärungen gelten fort, sofern sich nichts verändert hat.
3. Ein Zutritt zum Kraftraum ist nur erlaubt, wenn **vor** der Nutzung eine der folgenden Bescheinigungen per mail an

impfnachweis@luebecker-ruderklub.de

übermittelt wurde:

a. für Minderjährige Schüler

- Impfnachweis (Foto vom Papier-Impfpass oder Foto vom QR-Code des digitalen Impfpasses), oder
- eine Schulbescheinigung über die regelmäßige Testung. Sofern diese Bescheinigung von der Schule noch nicht ausgestellt wird, stehen Schnelltests über die Übungsleiter zur Verfügung.

b. für Erwachsene

- Impfnachweis (Foto vom Papier-Impfpass oder Foto vom QR-Code des digitalen Impfpasses), oder
 - ein Genesenenzertifikat (bis sechs Monate nach der Erkrankung).
4. Erwachsene, die keinen Impfnachweis oder kein Genesenenzertifikat übermittelt haben, dürfen den Kraftraum nicht betreten.
 5. Der Kraft-/Fitnessraum darf nur bei geöffneten Fenstern benutzt werden.
 6. Nach dem Betreten des Kraft-/Fitnessraumes müssen die Hände desinfiziert werden.
 7. Es sollte ein Sicherheitsabstand von 1,5 m eingehalten werden, enge Begegnungen sind zu vermeiden.
 8. Die Kontaktflächen aller Sportgeräte werden nach dem Training gereinigt bzw. desinfiziert (Griffe und Sitzflächen). Mittel stehen dafür bereit.

9. Die Umkleieräume dürfen genutzt werden. Dabei ist auf die Vermeidung enger Begegnungen und Abstandswahrung zu achten.
Für die Jugend-/Kinder-Trainingsgruppen empfehlen wir auf die Nutzung der Umkleieräume und Duschen zu verzichten. Andernfalls müssen die Übungsleiter für einen regelkonformen Ablauf sorgen und diesen überwachen.
10. Die Duschen und WC Anlagen können von maximal 3 (LRK) bzw. 2 (LFRK) Personen genutzt werden. Alle Kontaktflächen sind nach der Benutzung mit den bereit stehenden Mitteln zu desinfizieren.
11. Die Sauna darf von maximal 3 Personen benutzt werden.
12. Sportler*innen, die sich nicht an die Regeln des Hygieneplans halten, werden vom Sportbetrieb ausgeschlossen.

Lars Sörensen
Vorsitzender LRK

Maj-Britt Borchardt
Vorsitzende LFRK