

Regeln für das Paddeln auf der Ruhr und Nutzen der Sportboote während des Corona bedingten Lockdown vom 02.11.2020 bis zum 30.11.2020

Es dürfen mit Einschränkungen die Boote der DJK Ruhrwacht Mülheim für ein individuelles Training unter Auflagen genutzt werden. Die Nutzung des Hantel- sowie des Kardioraumes ist vom 02.11.2020 bis zum 30.11.2020 untersagt. Umkleiden dürfen nur von einzelnen Sportlern benutzt werden, mehrere Sportler in einer Umkleide sind inakzeptabel. Sollten sich danach Änderungen ergeben, werden die Abteilungsleiter rechtzeitig informiert.

Es können in Abständen von 20 Minuten unterschiedliche 2er-Gruppen ihre Boote aus dem Bootshaus herausholen. Dazu wurde ein Zeitplan erstellt, der strikt eingehalten werden muss. Die zu nutzenden Boote sind schnell und ohne großen Aufenthalt aus dem Bootshaus zu bringen.

Es dürfen sich nur die zwei Individualsport-treibenden Personen sowie ein Dritter, der die Bootshalle öffnet und die Boote herausgibt, auf dem Vereinsgelände aufhalten. Es ist eine Anwesenheitsliste (Termin und Uhrzeit) zu führen, in der sich die zwei anwesenden Individualsportler eintragen müssen. Die Vorgaben zur Hygiene und zur Abstandswahrung sind von allen Beteiligten einzuhalten (Maskenpflicht innerhalb des Bootshauses).

Befindet sich noch eine 2er-Gruppe auf dem DJK-Gelände, müssen die neu ankommenden 2 Personen auf dem Weg vor dem Vereinsgelände oder auf dem Parkplatz warten, bis die anwesende Gruppe mit ihren Booten das Vereinsgelände verlassen hat. Macht Euch bitte akustisch bemerkbar. 2er-Gruppen, die vom Wasser kommen, müssen warten, bis die 2 auf dem Gelände befindlichen Sportler das Vereinsgelände verlassen haben.

Beim Ein- & Aussteigen sowie beim Gang zur und von der Ruhr ist auf großen Abstand untereinander zu achten.

Die 2er-Gruppen müssen einzeln und mit weitem Abstand zu anderen Gruppen auf dem Wasser trainieren und dürfen kein gemeinsames Training mit einer anderen Gruppe absolvieren, da dies weiterhin verboten ist. Auch der Abstand auf dem Wasser muss mindestens 1,5 Meter betragen. Für die Abteilung Kanupolo bedeutet dies z.B., dass max. ein Ausdauertraining auf dem Wasser oder max. alleiniges Balltreiben zulässig ist. Kein Zuwerfen der Bälle, dies wäre schon ein gemeinsames Training.

Es darf kein angeleitetes Training absolviert werden!
Es darf für Ausstehende auf keinen Fall der Eindruck eines organisierten Trainings entstehen. Verhaltet Euch ruhig. Anweisungen einer weiteren dritten Person vom Ufer sind unzulässig. Es kann nur ein Individualsport durchgeführt werden.

Es dürfen auch keine Kinder auf Wasser gehen, da diese in der Regel eine Betreuung (begleitetes/angeleitetes Training!) benötigen und diese nicht allein paddeln können.

Solltet Ihr Euch an diese Regeln nicht halten, riskiert ihr die Aufmerksamkeit von Ordnungshütern sowie der Allgemeinbevölkerung, die auch ggf. Personen angehen, die sich nach ihrer eigenen volkstümlichen Auffassung nicht an die Regeln halten. Ordnungsstrafen wegen Verstoß gegen die Coronaregelungen/-schutzverordnung übernimmt in keinem Fall der Verein, da ein Individualsport auf eigenen Verantwortung durchgeführt wird, und der Verein

mit den angeführten Handlungsregeln alle Rahmenbedingungen für einen Corona-konformen Individualsport gegeben hat.

Hygieneplan für die DJK Ruhrwacht

1. Abstand halten zu anderen Sportlern und Gruppen. Nur die zugewiesenen Wege und Eingänge nutzen, die durch Linien auf dem Boden und Beschilderungen kenntlich gemacht sind.
2. Die vorgegebenen Trainingszeiten strikt beachten und einhalten. Keine Überschneidungen mit anderen Gruppen im Haus. Wenn eine Gruppe im Bootshaus ist, warten bis diese das Haus verlassen hat, und dann erst das Haus betreten. Keine unnötigen Aufenthalte im Bootshaus.
3. Keine Umkleiden und Duschen benutzen. Es sind nur die Toiletten in der oberen Etage zu nutzen. Diese bitte sauber hinterlassen und kein Handtuchpapier und andere Sachen auf dem Boden liegen lassen.
4. Sportgeräte und Sportmaterial mit den zur Verfügung gestellten Desinfektionsmitteln gründlich reinigen (Flächen- und Händedesinfektionsmittel). Gegebenenfalls auch Türgriffe und Schalter reinigen. Diese Mittel auch nur für die vorgesehenen Sachen benutzen.
5. In den ausliegenden Trainingsplan und die Bootsliste eintragen, damit nachfolgende Sportler und Gruppen wissen, das noch jemand auf dem Wasser ist und sich auf die Situation der Hygiene einstellen können. Für alle Gruppen ist ein Eintrag in das Fahrtenbuch mit Uhrzeit und Namen bei einer Teilnahme am Training im Freien zwingend vorgeschrieben.
6. Die persönliche Hygieneregeln, Niesen in die Armbeuge und regelmäßiges Händewaschen, beachten.
7. Bei Verdachtsfällen bitte umgehend den Verein informieren, damit anhand des Trainingsplans und der Bootsliste recherchiert werden kann, mit welcher Person der vermutlich Infizierte in Kontakt stand.
8. Beachtung der ausgelegten Vorgaben des Deutschen Kanu Verbands Wir wünschen allen Sportlern weiterhin beste Gesundheit und appellieren an eure Mithilfe, das wir alle Ziele dieser Regeln erreichen und einhalten, damit eine baldige und vollständige Aufnahme des regulären Sportbetriebs wieder möglich sein wird.

Bleibt gesund

Der Vorstand der DJK-Ruhrwacht

Handlungsempfehlungen des Deutschen Kanu-Verbandes

Risiken in allen Bereichen minimieren

a) Sportlerinnen und Sportler sowie Betreuungspersonal dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen nicht am Training oder an Ausfahrten teilnehmen, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt kontaktieren und dessen Anweisungen befolgen; das gilt auch für Begleitpersonen.

Die Trainings- oder Fahrtengruppen sowie andere Kontakte sind umgehend telefonisch, per SMS, WhatsApp oder Email zu informieren. Das Benutzen von Gemeinschaftseinrichtungen ist nicht gestattet.

b) Kanusport – egal ob als Freizeit- oder Leistungssport ausgeübt - ist nicht sinnvoll, wenn Krankheitssymptome bestehen.

c) Typische Krankheitssymptome sind Fieber, trockener Husten, Geruchssowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, leichter Durchfall, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit.

d) Kanuten, die Kontakt zu infizierten Personen hatten und sich deshalb in häuslicher Quarantäne befinden, ist die Teilnahme am Vereinsbetrieb ebenfalls untersagt.

e) Im Falle eines Verdachtes einer Infektion an Vereinsmitgliedern, ist dieser zu separieren und schnellstens medizinische Hilfe zu suchen.

2) Distanzregeln einhalten

a) Grundsätzlich besteht beim Kanufahren nur ein geringes Risiko, sich anzustecken. Das Risiko kann sekundär durch die Nähe zu Trainingspartnern oder Fahrtenmitgliedern erhöht werden. Es ist daher darauf zu achten, den Mindestabstand von 2 m bei der Interaktion auf dem Bootshausgelände einzuhalten, insbesondere bei der Materialpflege und beim Zuwasserlassen der Boote.

b) Fahrten in Mannschaftsbooten sind zu unterlassen bzw. auf das Notwendigste zu reduzieren.

c) Auch bzgl. Lauftraining muss ebenfalls ein ausreichender Abstand eingehalten werden, da gerade beim forcierten Atmen erhöhte Risiken bestehen.

3) Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

a. Kanufahren ist eine kontaktlose Sportart. Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen, „Abklatschen“, sich in den Arm nehmen, Jubeln oder Trauern in der Gruppe und Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.

b. Empfohlen wird das Tragen von Mund-Nasen-Schutzmasken außerhalb des Kanus und für Betreuungspersonal und Begleitpersonen.

c. Die Aufenthaltsdauer in den Räumlichkeiten der Sportstätten vor und nach dem Training sollte so kurz wie möglich ausfallen.

d. Durch eine entsprechende Nutzungsplanung sind das Training, Ausfahrten und die Begegnungsmöglichkeiten verschiedener Kleingruppen räumlich (z.B. Wegeplanung nach den Einbahnstraßenprinzip, gleichzeitige Nutzung verschiedener Trainingsorte/Paddelreviere) und zeitlich (Wochenplanung an unterschiedlichen Tagen und Uhrzeiten unterstützt eine exklusive Nutzung der Anlage) zu separieren.

4) Persönliche Hygieneregeln einhalten

a) Vor den Sportangeboten findet eine Aufklärung über die grundsätzlichen Hygiene- und Abstandsregeln statt.

Aushänge befinden sich bereits an mehreren Stellen des DJK-Bootshauses. Die Abteilungsleiter informieren zudem alle Abteilungsmitglieder, ggf müssen wir unsere Infoständer im Bootshaus verteilen.

b) Häufiges und intensives Händewaschen von mindestens dreißig Sekunden Länge mit Seife und heißem Wasser sollte zur Gewohnheit werden.

c) Auf das Berühren des Gesichtes mit den Händen sollte verzichtet werden.

d) Die vorgeschriebene Husten- und Niesetikette ist einzuhalten.

e) Griffflächen der Paddel sind nach der Nutzung desinfizierend intensiv zu reinigen. Dazu empfehlen sich vom RKI zugelassene desinfizierende Reinigungsmittel.

5) Umkleiden und Duschen zu Hause

a) Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Gemeinschaftsräumen des Bootshauses ist bis zum 01.12.2020 auszusetzen.

d) Keine rotierenden oder wechselnden Kleingruppen zulassen. Trainings- oder Fahrtengruppen sind immer mit den gleichen Personen zu besetzen, um so mögliche Verläufe von Infektionsketten jederzeit nachverfolgen zu können. Im Falle einer Ansteckungsgefahr ist dadurch nur jeweils eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.