

Fassung vom September 2020

Die Mitglieder des Deutschen Ruderverbands e.V. (DRV) haben in den vergangenen Monaten ihren verantwortungsbewussten Beitrag zur Eindämmung der Corona-Pandemie geleistet und leisten diesen auch weiterhin. Der DRV hat gemeinsam mit dem ärztlichen Leiter der Sektion Sport- und Rehabilitationsmedizin der Universität Ulm, Prof. Dr.med. Jürgen M. Steinacker, seine Handlungsempfehlungen an die Mitglieder aktualisiert. Diese können die vorrangigen Vorgaben der Länder und der örtlich zuständigen Behörden nicht ersetzen, dienen aber in Fragen der Rechtsauslegung als Fachbeitrag.

Rudern ist ein vereinsbezogener Sport, daher ist die flächendeckend erteilte Erlaubnis zur Öffnung der Bootshäuser und die Wiederaufnahme des Mannschaftssports ein wichtiger Schritt.

Im Ruderboot wird die Infektionsgefahr grundsätzlich als niedrig eingeschätzt:

- es wird **dauerhaft ein Mindestabstand von 1,30 m** eingehalten,
- es erfolgt **kein körperlicher Kontakt**,
- es erfolgt **kein Gesichtskontakt**, da die Aktiven hintereinander sitzen,
- es wird **im Freien** gerudert und so die Atemluft verwirbelt,
- ist die Zusammensetzung der Mannschaften aufgrund der verpflichtenden Eintragungen in die bestehenden analogen oder elektronischen Fahrtenbücher bzw. über die Melde- und Regattaergebnisse im Wettkampfwesen **dokumentiert und kann im Fall eines Infektionsverdachts unmittelbar nachvollzogen werden.**

Die Regeln gelten ausdrücklich für Breitensport und Wanderrudern sowie den Leistungssport. Sie basieren auf Empfehlungen des Wissenschaftsrates der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention e.V., modifiziert nach einer Empfehlung der Kommission für Sportmedizin des Weltruderverbandes (FISA). In diesem Sinn ist Athlet jede Ruderin und jeder Ruderer; Training jede Ausübung des Rudersports.

Für die Ausrichter von Regatten hat das Fachressort Wettkampfwesen organisatorische Hinweise und Empfehlungen herausgegeben.

Im Rahmen der vom DOSB formulierten übergeordneten Leitlinien und behördlicher Anordnungen empfiehlt der DRV seinen Mitgliedern folgende sportfachlich angepasste Übergangsregeln:

1. Risiken in allen Bereichen minimieren

- a. Alle Mitglieder der Rudervereine verhalten sich verantwortungsbewusst im Umgang mit ihren sozialen Kontakten. Athleten und Betreuer dürfen bei jeglichen Krankheitssymptomen nicht am Training teilnehmen, müssen zu Hause bzw. in Isolation bleiben und ihren Hausarzt anrufen und dessen Anweisungen befolgen; das gilt auch für Begleitpersonen. Die Trainingsgruppe oder andere Kontakte sind umgehend zu informieren. Das Benutzen von Gemeinschaftseinrichtungen und Trainingsräumen ist risikoabhängig gem. lokaler Abschätzung möglich. Vorgaben der Ordnungsgeber sind für die Hygienemaßnahmen maßgeblich.
- b. Aktive oder Betreuungspersonen mit Symptomen dürfen grundsätzlich nicht zu Wettkämpfen anreisen bzw. haben sich bei ersten Anzeichen von Symptomen sofort von den übrigen Mannschaftsmitgliedern zu trennen.
- c. Von Gemeinschaftsverpflegung und Buffets sollte nach Möglichkeit Abstand genommen werden.
- d. Typische Krankheitssymptome sind Fieber, trockener Husten, Geruchs- sowie Geschmacksstörungen, Bindehautentzündung, leichter Durchfall, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit.

2. Distanzregeln einhalten

- a. Beim Training im Freien hat eine Person ein geringes Risiko, sich anzustecken. Das Risiko kann sekundär durch die Nähe zu Trainingspartnern erhöht werden. Es ist daher darauf zu achten, den Mindestabstand von 1,5 m bei der Interaktion auf dem Bootshaus- oder Regattagelände einzuhalten, insbesondere bei der Materialpflege und beim Zuwasserlassen der Boote.

3. Körperkontakte auf das Minimum reduzieren

- a. Rudern ist eine kontaktlose Sportart. Gewohnte Rituale, wie Begrüßungen, „Abklatschen“ oder Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.
- b. Wir empfehlen das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes außerhalb des Ruderbootes und für Betreuer und Begleitpersonen.

4. Persönliche Hygieneregeln einhalten

- a. Waschen Sie Ihre Hände häufig und mindestens dreißig Sekunden lang mit Seife und heißem Wasser. Berühren Sie Ihr Gesicht nicht mit den Händen.
- b. Griffe der Skulls und Riemen sind nach dem Rudern desinfizierend intensiv zu reinigen. Dazu empfehlen sich vom RKI zugelassene desinfizierende Reinigungsmittel.

5. Umkleiden und Duschen zu Hause

- a. Sportlerinnen und Sportler wechseln ihre Kleidung oder duschen sich - wenn möglich - nicht in Gemeinschaftsräumen.

6. Trainingsgruppen verkleinern

- a. Das Training im Mannschaftsboot ist möglich, wenn kein Kontakt zu COVID-Positiven Personen besteht. Eine Trainingsgruppe sollte personell möglichst nicht verändert werden.
- b. Die Vorgaben der Länder zum Umfang von Kontakten sind für die Zusammensetzung von Mannschaften / Trainingsgruppen maßgeblich!
- c. Wird eine Steuerperson eingesetzt, soll diese einen Mund-Nasen-Schutz (MNS) tragen.
- d. Das Training und die Trainingsgruppen sind zu dokumentieren, um Kontakte nachvollziehen zu können.

7. Trainings- und Krafträume

- a. Der Zugang zu Trainings- und Krafträumen muss streng kontrolliert werden, um die Sauberkeit und Hygiene zu gewährleisten. Sofern keine gute Lüftung mit min. 80% Außenluftzustrom vorhanden ist, ist zwischen Trainingsgruppen mindestens 30 min zu lüften. Die Vereine sind aufgefordert, frühzeitig tragfähige Konzepte für das eigene Wintertraining unter Beachtung der lokalen Gegebenheiten zu entwickeln.
- b. Alle Geräte, Ergometer, Hanteln usw. sind nach Gebrauch an den Kontaktstellen mit einem vom RKI zugelassenen Desinfektionsmittel zu behandeln.
- c. Außer beim Ergometertraining ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen. Vor und nach dem Training sind die Hände zu waschen.

8. Hygieneplan aufstellen

- a. Vereine werden aufgefordert, einen Hygieneplan aufzustellen und die Maßnahmen zu dokumentieren. Diese ergänzen die vorhandenen Ruder- und Sicherheitsrichtlinien.

Duisburg, 06. September 2020
Der Vorstand