



# Osnabrücker Ruder-Verein e. V. von 1913

Glückaufstr. 16  
49090 Osnabrück  
Tel.: 0541-12 29 57  
Fax: 0541-12 29 57  
kontakt@orv.de

## Update Corona-Rudern

Im Folgenden die Beschlüsse unseres wöchentlich tagenden „Corona-Rates“ (Stellv. Vors. Breitensport, Stellv. Vors. Leistungssport, Trainer, 2. Vorsitzender). Die aktuellen Beschlüsse finden sich jeweils oben. Hier der aktuelle Wochenplan:

	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>	<b>Samstag</b>	<b>Sonntag</b>
<b>7-9 Uhr</b>	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)
<b>9-11 Uhr</b>	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)
<b>11-13 Uhr</b>	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)
<b>13-15 Uhr</b>	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)
<b>15-17 Uhr</b>	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)
<b>17-19 Uhr</b>	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Yoga ab 18:30 Uhr (8 Pers.), Anm. Fr.	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.) „Body Balance“ (17-18 Uhr, 8 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)
<b>19-21 Uhr</b>	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)	Rudern Ergo (4 Pers.)
<b>Bis 18 Uhr</b>	<b>Hantel- und Ergowünsche anmelden: Bis Dienstag 18:00 Uhr für Do – Sa; bis Freitag 18:00 Uhr für So-Mi bei schawe@orv.de.</b>						



# Osnabrücker Ruder-Verein e. V. von 1913

## **16.07.2020:**

Ab sofort gelten folgende Regelungen:

- Bitte zum Hanteln und Ergofahren zu den gewohnten Zeiten per E-Mail an [schawe@orv.de](mailto:schawe@orv.de) anmelden.
- Alle Boote stehen zum Rudern zur Verfügung.
  - Alle Boote werden einzeln nacheinander aus der Halle und in die Halle getragen. Beim Tragen eines Bootes mit mehreren Personen ist auf ausreichenden Abstand zu achten.
  - In heckgesteuerten Booten (z. B. in allen Gig-Booten) ist die Steuerperson verpflichtet, eine Mund-Nasen-Maske tragen. Für die rudern den Mannschaftsmitglieder ist dies nicht verpflichtend.
  - Vor Fahrtantritt ist ein Eintrag in den Fahrtenbuch-PC ZWINGEND ERFORDERLICH (Corona-Dokumentationspflicht und versicherungstechnische Gründe).
  - Der Bootsplan (siehe Schaukasten in B1) gilt weiterhin.
- Hantelraum, Gastronomie, Umkleiden und Toiletten sind weiterhin geschlossen.
  - Es wird darum gebeten, umgezogen zum Sport zu erscheinen und nach dem Sport zuhause zu duschen.
  - Im Notfall (z. B. Kenterung, Starkregen) stehen die Schülerumkleiden zur Verfügung. Der Zugang ist per Chip(-Karte) möglich. Bitte vor dem Betreten die Hände desinfizieren und die erforderlichen Abstände einhalten. Der Zutritt erfolgt auf eigene Verantwortung.
- Menschenansammlungen auf dem Vereinsgelände sind weiterhin untersagt.
  - Es ist weiterhin zwingend erforderlich, die erforderlichen Abstände einzuhalten und das Vereinsgelände nur für den Sportbetrieb zu betreten und nach dem Sport zügig zu verlassen.
  - Die besonderen Regeln zur Hygiene gelten weiterhin.
  - Nach dem Rudern die Boote mit den bereitgestellten Putzeimern innen und außen reinigen. Die Skulls und Riemen mit dem bereitgestellten Papier und Glasreiniger putzen.



# Osnabrücker Ruder-Verein e. V. von 1913

+++

## **24.06.2020:**

Ab Montag, den 06.07.2020 gelten folgende Regelungen (Anmeldung bis Freitag, 26.06.2020):

- Täglich ist Rudern und Ergofahren von 07:00 bis 21:00 Uhr möglich (s. Plan auf Seite 1).
  - Es gilt die bekannte und bewährte Zwei-Stunden-Regelung. Dies dient der Entzerrung des Personenverkehrs am Bootshaus und ist mit den Schulen abgestimmt.
  - Sportwünsche zwecks Planung und Dokumentationspflicht vorab zu den bekannten Fristen per E-Mail an [schawe@orv.de](mailto:schawe@orv.de) anmelden. Eine Rückmeldung durch den Trainer erfolgt nur im Falle einer Absage oder einer notwendigen Terminänderung.
  - Vor Fahrtantritt ist ein Eintrag in das Fahrtenbuch ZWINGEND ERFORDERLICH.
- Alle Boote stehen zum Rudern zur Verfügung. Die beiden Achter sind weiterhin gesperrt.
  - Bei der Anmeldung zum Rudern in Mannschaftsbooten muss die gesamte Mannschaft vorab benannt werden. Eine E-Mail pro Mannschaft genügt.
  - Alle Boote werden einzeln nacheinander aus der Halle und in die Halle getragen. Beim Tragen eines Bootes mit mehreren Personen ist auf ausreichenden Abstand zu achten.
  - In heckgesteuerten Booten (z. B. in allen Gig-Booten) ist die Steuerperson verpflichtet, eine Mund-Nasen-Maske tragen. Für die rudernenden Mannschaftsmitglieder ist dies nicht verpflichtend.
  - Der Bootsplan (siehe Schaukasten in B1) gilt weiterhin.
- Hantelraum, Gastronomie, Umkleiden und Toiletten sind weiterhin geschlossen.
  - Es wird darum gebeten, umgezogen zum Sport zu erscheinen und nach dem Sport zuhause zu duschen.
  - Im Notfall (z. B. „menschliches Bedürfnis“, Kenterung, Starkregen) stehen die Schülerumkleiden zur Verfügung. Der Zugang ist per Chip(-Karte) möglich. Bitte vor dem Betreten die Hände desinfizieren und die erforderlichen Abstände einhalten. Der Zutritt erfolgt auf eigene Verantwortung.
- Menschenansammlungen auf dem Vereinsgelände sind weiterhin untersagt.
  - Es ist weiterhin zwingend erforderlich, die erforderlichen Abstände einzuhalten und das Vereinsgelände nur für den Sportbetrieb zu betreten und nach dem Sport zügig zu verlassen.
  - Die besonderen Regeln zur Hygiene gelten weiterhin.
  - Nach dem Rudern die Boote mit den bereitgestellten Putzeimern innen und außen reinigen. Die Skulls und Riemen mit dem bereitgestellten Papier und Glasreiniger putzen.

+++

## **22.06.2020:**

- Ab sofort ist es möglich, dass Personen aus maximal zwei Haushalten in einem Boot rudern. Pro Rudertermin können bis zu acht Boote gleichzeitig genutzt werden.
- Zusätzlich kann ab sofort auch sonntags von 13:00 bis 15:00 Uhr gerudert werden.
- Es wird weiterhin darum gebeten, Ruderwünsche zu den gewohnten Fristen an [schawe@orv.de](mailto:schawe@orv.de) zu senden. Dies ist notwendig, um ggf. nachvollziehen zu können, wann am Bootshaus war. Der Verein ist nach wie vor verpflichtet, den Personenverkehr auf dem Vereinsgelände zu dokumentieren und die Dokumentation bei Bedarf den Behörden vorzulegen. Außerdem hilft es, unsere Boote bestmöglich nutzen zu können.



# Osnabrücker Ruder-Verein e. V. von 1913

+++

## 15.06.2020:

- Ab dem kommenden Freitag (19.06) wird von 17:00 bis 18:00 Uhr „Body Balance (Fitnessgymnastik für Fortgeschrittene) auf der Terrasse angeboten. Anmeldung wie gewohnt.

+++

## 10.06.2020:

- Obwohl nach der Corona-Verordnung der niedersächsischen Landesregierung die Öffnung von Umkleidekabinen möglich ist, müssen unsere Vereinsumkleiden und Duschen weiterhin geschlossen bleiben. Die Gründe dafür sind:
  - Unsere Umkleideräume können als Binnenräume nicht ausreichend belüftet werden.
  - Bei der mittlerweile großen Anzahl an Sport treibenden Personen könnte zudem nicht der erforderliche Abstand eingehalten werden.
  - Die schmalen Flure würden ein umständliches „Einbahnstraßensystem“ erfordern.In Ausnahmefällen (z. B. Kenterung, Starkregen) können die Umkleiden nach vorheriger Absprache (vor Ort) genutzt werden. Gleiches gilt für Toilettengänge.
- Ab sofort befinden sich in der Bootshalle B1 Schließfächer für Wertsachen. Bitte nur die Fächer mit den ORV-Aufklebern benutzen und die Schlüssel nach der Nutzung in den Vorhängeschlössern stecken lassen.
- Es gehen immer wieder Anfragen nach Rudern im Zweier und Mannschaftsbooten ein. Dabei wird darauf verwiesen, dass dies in Münster, Minden oder anderswo möglich sei. Die Corona-Verordnung der niedersächsischen Landesregierung vom 08.06.2020 sieht dazu unter § 1, Abs. 8 Folgendes vor:

*„<sup>1</sup>Die Sportausübung auf und in öffentlichen und privaten Sportanlagen und ähnlichen Einrichtungen einschließlich Fitnessstudios ist zulässig, wenn*

- 1. diese kontaktlos zwischen den beteiligten Personen erfolgt,*
- 2. ein Abstand von mindestens 2 Metern jeder Person zu jeder anderen beteiligten Person, die nicht zum eigenen Hausstand gehört, jederzeit eingehalten wird, (...)*“

LSB, LRVN, DOSB und DRV wirken derzeit bei der niedersächsischen Landesregierung darauf hin, dass Rudern in Mannschaftsbooten wieder erlaubt wird. Sobald etwaige Lockerungen der obenstehenden Verordnung bekannt werden, wird schnellstmöglich hier informiert. Bis dahin wird gebeten, von weiteren einschlägigen Anfragen abzusehen. Rudern in Mannschaftsbooten ist bis auf Weiteres nur für Personen aus einem Haushalt erlaubt (eine Ausnahme bilden die umgebauten Gig-Dreier).



# Osnabrücker Ruder-Verein e. V. von 1913

+++

## 01.06.2020:

- Ab dem kommenden Donnerstag (04.06.) ist es für Familien und Personen aus dem gleichen Haushalt (Paare, WG's) möglich, in Mannschaftsbooten ohne freibleibende Ruderplätze zu rudern (z. B. 2x, Gig-4x+).
- Aus bekannten Gründen sind alle Aktivitäten auf dem Vereinsgelände ausschließlich entsprechend des Wochenplanes auf Seite 1 (Tabelle) durchführbar. Abweichende Zeiten sind bis auf Weiteres nicht möglich.
- Durch die zusätzlichen Angebote können immer mehr Mitglieder am Bootshaus aktiv sein.

Um den Überblick über die eingehenden Anmeldungen zu behalten, bittet Martin darum, die Anmeldezeiten einzuhalten:

- Dienstags 18:00 Uhr für Donnerstag, Freitag, Samstag
- Freitags 18:00 Uhr für Sonntag, Montag, Dienstag

Auch wenn es mehr Aufwand bedeutet, wird darum gebeten, für jeden Zeitraum EINE EIGENE E-Mail zu schicken: Dienstag eine E-Mail für Do-Sa und Freitag eine E-Mail für So-Di.

Anmeldung für sportliche Aktivitäten ausschließlich an per E-Mail an [schawe@orv.de](mailto:schawe@orv.de).

+++

## 26.05.2020:

- Ab dem kommenden Sonntag (31.5.) sind folgende zusätzliche Aktivitäten möglich:
  - Outdoor-Hanteltraining in der überdachten Durchfahrt des Schulbootshauses. Bis zu drei Personen können gleichzeitig an ausgewählten Hantelstationen trainieren.
  - Ergometertraining in der Gymnastikhalle für bis zu vier Personen gleichzeitig möglich (wahlweise Ruderergometer, Laufband oder Spinningbike). Zutritt zur Gymnastikhalle ausschließlich durch den Eingang vom Bootsplatz mit Martin/Thore.

Bitte vor dem Training die Hände desinfizieren und nach dem Training die Geräte desinfizieren. Entsprechende Mittel stehen bereit. Anmeldung jeweils bis Freitag, 18:00 Uhr unter [schawe@orv.de](mailto:schawe@orv.de). Es gilt das Zeitschema der Rudertermine.

- An Pfingstmontag (1.6.) werden folgende Rudertermine angeboten: 9-11 Uhr, 11-13 Uhr, 13-15 Uhr, 15-17 Uhr, 17-19 Uhr. Anmeldung wie gewohnt.
- *Durch die zusätzlichen Angebote können immer mehr Mitglieder am Bootshaus aktiv sein.*

*Um den Überblick über die eingehenden Anmeldungen zu behalten, bittet Martin darum, die Anmeldezeiten einzuhalten:*

- *Dienstags 18:00 Uhr für Donnerstag, Freitag, Samstag*
- *Freitags 18:00 Uhr für Sonntag, Montag, Dienstag*

*Auch wenn es mehr Aufwand bedeutet, wird darum gebeten, für jeden Zeitraum EINE EIGENE E-Mail zu schicken: Dienstag eine E-Mail für Do-Sa und Freitag eine E-Mail für So-Di.*



# Osnabrücker Ruder-Verein e. V. von 1913

+++

## **21.05.2020:**

- Zusätzlich zum Rudern bietet Barbara Pankoke mittwochs um 18:30 Uhr eine Stunde Yoga auf der Terrasse an. Bitte eine eigene Yogamatte o. ä. mitbringen. Die Kapazitäten sind begrenzt. Um Anmeldung unter [schawe@orv.de](mailto:schawe@orv.de) bis Freitag, 18:00 Uhr wird gebeten.

+++

## **11.05.2020:**

- Nach den ersten Tagen freuen wir uns, dass alle Regeln gut angenommen und umgesetzt werden. Wir laden ausdrücklich alle Mitglieder ein, sich für einen Rudertermin bei Martin Schawe ([schawe@orv.de](mailto:schawe@orv.de)) anzumelden, es sind noch Kapazitäten frei. Grundsätzlich kann man so häufig rudern wie man möchte, die "2x/Woche Rudern"-Regel wird nur bei Überbuchung angewandt.
- Wir erhalten in den kommenden Tagen einen weiteren Gig-Einer als Ergänzung zur "Berlin". Dieses Boot wird uns von einem Mitglied leihweise zur Verfügung gestellt. Vielen Dank!
- Ab dem kommenden Sonntag (17.5.) wird es möglich sein, unsere Gig-Dreier "Bradi II" und "Freundeskreis" als Doppelzweier zu rudern. Durch Ausbau des mittleren Ruderplatzes kann die 2m-Abstandsregel problemlos eingehalten werden. Bitte bis Freitag, 18:00 anmelden. Die 8-Personen-Regel bleibt davon unberührt.
- Wer sich nicht zutraut, einen (Gig-)Einer allein an Land zu transportieren, kann sich sicher sein, dass bei jedem Rudertermin jemand hilfsbereit zur Verfügung steht.
- Falls eine Betreuung beim Einerrudern gewünscht wird, bitte bei Jochen Kruse ([kruse@orv.de](mailto:kruse@orv.de)) melden.