



Osnabrück, 02.06.2021

## **Aufgrund der Niedersächsischen Corona-Verordnung gelten bis auf Weiteres die folgenden Regelungen für das Rudern unter „Corona-Bedingungen“:**

1. Freizeit- und Amateursport darf auf und in privaten und öffentlichen Sportanlagen derzeit unter Beachtung des folgenden Hygienekonzepts betrieben werden. Für unsere Leistungssportlerinnen und -sportler mit Landes- und Bundeskaderzugehörigkeit gelten abweichende Regelungen.
  - ➔ Rudern ist in allen Bootsklassen möglich.
  - ➔ Kraftsport und Ergometerrudern maximal zu sechst im selben Raum. Bitte auf ausreichende Belüftung achten.
  - ➔ Für die Organisation des Sportbetriebs wird um Beachtung der Wochenpläne auf Seite 2 gebeten.
2. Maskenpflicht im Bootshaus und in den Bootshallen außerhalb der sportlichen Betätigung im engeren Sinne.
3. Reinigung/Desinfektion aller benutzten Sportgeräte/Boote/Skulls/Riemen am Ende des Trainings.
4. Die Umkleieräume und Duschen sind geschlossen. Insbesondere die Schulumkleiden dürfen aufgrund des Kohortenprinzips im Schulunterricht nicht benutzt werden. Die Toiletten im Foyer sind geöffnet. Zugang über die Terrasse durch den Saal.
5. Dokumentationspflicht des Aufenthaltes auf dem Vereinsgelände. Bitte die bereitliegenden Listen nutzen. Für das Rudern genügt der übliche Eintrag in Fahrtenbuch-Programm vor und nach der Ausfahrt.
6. Versammlungen auf dem Vereinsgelände jeglicher Art sind untersagt.
7. Alle Sportwünsche sind bei unserem Trainer Martin Schawe per E-Mail an [schawe@orv.de](mailto:schawe@orv.de) vor Ablauf der im Wochenplan genannten Fristen einzureichen. Das gilt auch für die Privatboote.
  - a. Der Trainer entscheidet über die eingehenden Sportwünsche und gibt Rückmeldung. Es wird darum gebeten, bei der Anfrage nach Sportterminen Rücksicht auf die Interessen anderer Vereinsmitglieder zu nehmen (Häufigkeit der Rudertermine, berufliche/familiäre Situation, etc.). Terminserien (z. B. jeden Dienstag 17:00 Uhr) werden nicht akzeptiert.
  - b. Gigbootruderinnen und -ruderer ohne feste Mannschaft können wochentags um 19:00 Uhr rudern. Bitte die genannten Anmeldefristen beachten und bei der Anmeldung den gewünschten Wochentag angeben. Die Mannschaften werden dann vor Ort gebildet.
  - c. Der Trainer weist die Plätze in den Booten, auf den Ergometern, oder in den Hantelräumen zu.
  - d. Wir weisen darauf hin, dass der Trainer alle Sportwünsche auf dem PC im Geschäftszimmer speichert. Dies dient der Rückverfolgung etwaiger Infektionsketten.
8. Wir beobachten fortlaufend das Infektionsgeschehen und die behördlichen Vorgaben. Etwaige Veränderungen werden schnellstmöglich auf diesem Wege kommuniziert.

Mit rudersportlichen Grüßen,

J. Wegmann, 1. Vorsitzender

C. Vennemann, 2. Vorsitzender



# Osnabrücker Ruder-Verein e. V. von 1913

Es gelten folgende Wochenpläne:

## Rudern

|            | Montag | Dienstag                         | Mittwoch    | Donnerstag | Freitag                          | Samstag | Sonntag |
|------------|--------|----------------------------------|-------------|------------|----------------------------------|---------|---------|
| 7-9 Uhr    | Rudern |                                  |             |            |                                  |         |         |
| 9-11 Uhr   | Rudern |                                  |             |            |                                  |         |         |
| 11-13 Uhr  | Rudern |                                  |             |            |                                  |         |         |
| 13-15 Uhr  | Rudern |                                  | Kein Rudern | Rudern     |                                  |         |         |
| 15-17 Uhr  | Rudern |                                  |             |            |                                  |         |         |
| Bis 18 Uhr |        | Sportwünsche für Do-Sa anmelden. |             |            | Sportwünsche für So-Mi anmelden. |         |         |
| 17-19 Uhr  | Rudern |                                  |             |            |                                  |         |         |
| 19-21 Uhr  | Rudern |                                  |             |            |                                  |         |         |

## Kraft & Ergo

|                   | Montag   | Dienstag                        | Mittwoch | Donnerstag | Freitag                           | Samstag | Sonntag |
|-------------------|--|---------------------------------|----------|------------|-----------------------------------|---------|---------|
| 7:30 – 9:00 Uhr   | Hanteln im Krafraum oder im Schulbootshaus/Outdoor-Gym (jeweils 6 Personen)<br>Ergo in der Gymnastikhalle, im Saal oder in der Gaststätte (je nach Raum 2 oder 6 Personen) |                                 |          |            |                                   |         |         |
| 9:00 – 10:30 Uhr  | Hanteln im Krafraum oder im Schulbootshaus/Outdoor-Gym (jeweils 6 Personen)<br>Ergo in der Gymnastikhalle, im Saal oder in der Gaststätte (je nach Raum 2 oder 6 Personen) |                                 |          |            |                                   |         |         |
| 10:30 – 12:00 Uhr | Hanteln im Krafraum oder im Schulbootshaus/Outdoor-Gym (jeweils 6 Personen)<br>Ergo in der Gymnastikhalle, im Saal oder in der Gaststätte (je nach Raum 2 oder 6 Personen) |                                 |          |            |                                   |         |         |
| 12:00 – 13:30 Uhr | Hanteln im Krafraum oder im Schulbootshaus/Outdoor-Gym (jeweils 6 Personen)<br>Ergo in der Gymnastikhalle, im Saal oder in der Gaststätte (je nach Raum 2 oder 6 Personen) |                                 |          |            |                                   |         |         |
| 13:30 – 15:00 Uhr | Hanteln im Krafraum oder im Schulbootshaus/Outdoor-Gym (jeweils 6 Personen)<br>Ergo in der Gymnastikhalle, im Saal oder in der Gaststätte (je nach Raum 2 oder 6 Personen) |                                 |          |            |                                   |         |         |
| 15:00 – 16:30 Uhr | Hanteln im Krafraum oder im Schulbootshaus/Outdoor-Gym (jeweils 6 Personen)<br>Ergo in der Gymnastikhalle, im Saal oder in der Gaststätte (je nach Raum 2 oder 6 Personen) |                                 |          |            |                                   |         |         |
| 16:30 – 18:00 Uhr |  | Sportwünsche für Do-Sa anmelden |          |            | Sportwünsche für So – Mi anmelden |         |         |
| 18:00 – 19:30 Uhr | Hanteln im Krafraum oder im Schulbootshaus/Outdoor-Gym (jeweils 6 Personen)<br>Ergo in der Gymnastikhalle, im Saal oder in der Gaststätte (je nach Raum 2 oder 6 Personen) |                                 |          |            |                                   |         |         |
| 19:30 – 21:00     | Hanteln im Krafraum oder im Schulbootshaus/Outdoor-Gym (jeweils 6 Personen)<br>Ergo in der Gymnastikhalle, im Saal oder in der Gaststätte (je nach Raum 2 oder 6 Personen) |                                 |          |            |                                   |         |         |