



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:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9-11 Uhr	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Hanteln nicht möglich.	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)
11-13 Uhr	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)
13-15 Uhr	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Hanteln nicht möglich.	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Hanteln nicht möglich.	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Hanteln nicht möglich.	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen
15-17 Uhr	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Hanteln nicht möglich.	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen
17-19 Uhr	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Yoga Beginn 18:30 Uhr (8 Pers.) Anmeldung siehe Freitag	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Hanteln nicht möglich.	Rudern (8 Pers.) Ergo in der Gym.-Halle (4 Pers.) Outdoor-Hanteln (3 Pers.)	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen	Bootshaus und Vereinsgelände geschlossen
Bis 18 Uhr		Sportwünsche für Do - Sa anmelden (schawe@orv.de)			Sportwünsche für So - Di anmelden (schawe@orv.de)		



Osnabrücker Ruder-Verein e. V. von 1913

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:

„¹Die 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.

+++

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. 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 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) 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) melden.