



COVID-19 Verhaltensregeln

*Rugby Union Club Krems
Version 1 / Stand 01.09.2020*

Verhaltensregeln

Folgende Verhaltensregeln sind für alle SportlerInnen, BetreuerInnen sowie TrainerInnen gültig und wurden vorab kommuniziert:

- Jegliche Teilnahme am Trainings- und Spielbetrieb erfolgt freiwillig und auf eigene Gefahr. Es sind stets die jeweils aktuellen Verordnungen und Richtlinien der Bundesregierung und der lokalen Behörden sowie die jeweilige Letztfassung dieses Präventionskonzeptes einzuhalten.
- Mit der Teilnahme an Training bzw. Wettkampf willigt das Vereinsmitglied (bzw. die Eltern minderjähriger Mitglieder) ein, die Quarantäneregeln in Folge einer bestätigten Infektion im Verein zu akzeptieren und einzuhalten.
- Keine Teilnahme am Training bzw. Wettkampf bei jeglichen Krankheitssymptomen (siehe Erkennung einer möglichen Infektion) oder dem Verdacht in den letzten zehn Tagen mit einer positiv auf COVID-19 getesteten Person in Kontakt gewesen zu sein.
- Personen, in deren Umfeld ein positiver COVID-19 Fall auftritt, haben dies unverzüglich dem Trainer und/oder COVID-19 Beauftragten zu melden und die weitere Vorgangsweise abzusprechen.
- Der Mindestabstand darf nur während der Sportausübung unterschritten werden. Somit gilt vor und nach dem Training bzw. Wettkampf (im Speziellen bei Anreise und Abreise, sowie Aufenthalt in den Kabinen) weiterhin ein Mindestabstand von einem Meter zu allen Personen die nicht im gemeinsamen Haushalt leben.
- Zusätzliche Personen (Eltern, Begleitpersonen, usw.) sind auf der Sportstätte soweit wie möglich zu vermeiden.
- Nach Möglichkeit ist die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Erreichen des Training zu vermeiden.
- Kein Körperkontakt (Händeschütteln, Umarmung, ...) bei der Begrüßung und Verabschiedung.
- Beim Betreten und Verlassen der Sportstätte sind die Hände zu waschen oder zu desinfizieren.
- Bei Benutzung der Kabinen / Sanitäreinrichtungen ist ebenfalls der Mindestabstand von 1m einzuhalten. Die Benutzung dieser Räumlichkeiten ist zeitlich so zu staffeln, dass der Mindestabstand eingehalten werden kann.
- Nies- und Hust-Etikette einhalten. Kein Spucken auf dem Spielfeld.
- Team Besprechungen oder sonstige Vereinszusammenkünfte im Rahmen des Trainings sind nach Möglichkeit im Freien und mit ausreichend Abstand zwischen den TeilnehmerInnen abzuhalten.
- Die SportlerInnen haben eine eigene Trinkflasche und ein eigenes Handtuch mit zum Training bzw. Wettkampf zu bringen und diese keinesfalls zu teilen.
- Die Übungen im Training werden so gestaltet, dass die Anzahl der Körperkontakte und der jeweilige Zeitraum des Körperkontaktes möglichst gering gehalten wird. Jeglicher Gesichtskontakt ist zu vermeiden.
- Bei Nichteinhaltung der Maßnahmen kann durch den RUCK ein Platzverweis ausgesprochen werden.

Erkennen einer möglichen Infektion

Coronavirus, Erkältung, Grippe: Die wichtigsten Unterschiede



Symptome	Coronavirus	Erkältung	Grippe
Fieber	häufig	selten	häufig
Müdigkeit	manchmal	manchmal	häufig
Husten	häufig*	wenig	häufig*
Niesen	nein	häufig	nein
Gliederschmerzen	manchmal	häufig	häufig
Schnupfen	selten	häufig	manchmal
Halsschmerzen	manchmal	häufig	manchmal
Durchfall	selten	nein	manchmal**
Kopfweg	manchmal	selten	häufig
Kurzatmigkeit	manchmal	nein	nein

Die Übersicht soll bei einer ersten Orientierung helfen.
Sie ersetzt keinesfalls eine genauere Abklärung.

*trocken, **Kinder
Quellen: WHO, CDZ, SZ, ZiB