

致各屬會及中心使用者：

因應 2019 冠狀病毒病 (COVID-19) 的賽艇中心新措施

因應政府最新於 2021 年 2 月 17 日 (星期三) 公布繼續逐步有序放寬社交距離措施，賽協現有於沙田賽艇中心及賽馬會石門賽艇中心的措施將於 2021 年 2 月 18 日 (星期四) 更新如下：

每時段內預約人數上限

中心	人數
沙田賽艇中心	50 人
賽馬會石門賽艇中心	

訓練設施

時間	水上訓練	*室內賽艇機	
		沙田賽艇中心	賽馬會石門賽艇中心
06:00 – 08:30* (只限有鎖匙的屬會)	所有艇種都可進行水上訓練 (除進行隊際賽艇運動外，每個小組不得超過 4 人)	不適用	不適用
08:30 - 12:30 14:30 – 17:30		露台：8 部 拉機房：4 部 後備：4 部 (有需要時可在天台使用)	露台：4 部 拉機房：4 部

備註：

- 室內賽艇機和賽馬會石門賽艇中心健身室將於 2 月 22 日重新開放；
- 12:30 – 14:30 中心將會暫時關閉以進行清潔；
- 所有屬會必需預先申請方可使用中心設施；
- 中心備有消毒清潔液，使用室內賽艇機前後請務必消毒；
- 每部室內賽艇機之間必須相隔 1.5 米距離；
- 在中心範圍及任何時間都必須時刻配戴口罩 (於戶外地方進行運動期間、飲食或淋浴時除外)；
- 所有中心使用者在室內位置進行運動時必須佩戴口罩；
- 在天雨情況下室內賽艇機不能在天台上使用。

申請於週末進行海上旅程或海岸賽艇活動：-

- 有關申請必須於三個工作天之前*，發電郵到 hkcra@rowing.org.hk 作書面申請，並須得到賽協以電郵回覆作實；
- 所有艇種都可進行水上訓練 (除進行隊際賽艇運動外，每個小組不得超過 4 人)；
- 每個屬會申請最多 10 人 (包括教練)。

預約方法：

1. 由2020年9月7日(星期一)起：任何水上及室內賽艇機預約訓練將透過 Google 表格進行預約；
2. 各屬會代表可自行填寫訓練人數及必須填上當日出席訓練的屬會負責人姓名及聯絡電話；
3. 截止預約時間：訓練前一日下午3時(適用於星期一至星期日)；
4. 如某時段訓練人數超過上限，請各屬會代表自行商討人數安排。如情況未能於下午4時或之前解決，賽協職員將會作出決定(例如：平均分配該時段訓練人數等)；
5. 每日下午4時：賽協職員將於最後更新的預約表格放上 WhatsApp 群組上供各屬會代表作參考；
6. 屬會如臨時需要減少訓練人數，則必須於以 WhatsApp 通知賽協職員(5707-2699)，並以回覆作實方可生效；
7. 為更有效運用訓練名額，如屬會於預約時段內缺席人數達到所預約的總人數20%，賽協將**考慮暫停有關屬會的訓練申請一星期**。

一般申請及使用守則

1. 如發現使用者並非為賽協有效會員，賽協職員有權拒絕該人士進入及使用中心設施。
2. 有關活動必須以屬會形式申請。
3. 在中心範圍內，室內及室外地方(例如碼頭、洗艇區、露台等)禁止進行多於4人的羣組聚集，而羣組與羣組之間需保持1.5米或以上距離的規定。
4. 所有艇種都可進行水上訓練。
5. 在中心範圍及任何時間都必須時刻配戴口罩(於戶外地方進行運動期間、飲食或淋浴時除外)。
6. 在晨早訓練時間，必須嚴格遵守《Key Holder Agreement》條款，特別要確保所有使用者為非初學者。
7. 任何屬會如被發現不遵守以上及附件內的指引，將會被暫停處理所有活動申請。
8. 為確保淋浴設施使用者之間保持適當的距離，沖身格或沖身花灑頭會以「隔一個，開一個」方式開放。同時，賽協亦會加強清潔消毒沖身設施和儲物櫃等。
9. 飲水機將開放供中心使用者使用。但基於安全考慮，使用者必須自備飲水樽，並且不得直接用口飲用過水。
10. 賽協保留最終安排使用賽艇中心的權利。

賽馬會石門賽艇中心健身室使用守則

1. 任何人身處健身室內須一直佩戴口罩。
2. 每一健身站、器械或器材不能容納多於四人。
3. 每位參加者之間須保持至少1.5米的距離。

敬請所有屬會廣泛發放上述資訊及分發附件的最新健康指引及聲明予會員，並提醒各會員在進入中心前已閱讀並嚴格遵守各守則，以保障大家於安全環境下進行賽艇運動。

如對上述安排有任何問題，請致電 2699-7267 與賽協職員聯繫。

感謝您們的理解，也感謝您在當前困難時期的合作。

中國香港賽艇協會
2021年2月18日

附件一：更新(修定於2021年2月17日)：預防2019冠狀病毒病(COVID-19)的健康指引

(修定於2021年2月17日)

附件(一)

預防2019冠狀病毒病 (COVID-19) 的健康指引

鑑於新型冠狀病毒疫情，為保障中心使用者及賽協員工的安全，所有進入沙田賽艇中心及賽馬會石門賽艇中心人士必須細閱並承諾遵守以下各項指引：-

本人明白如需進入沙田賽艇中心及賽馬會石門賽艇中心，必須：

1. 在進入中心範圍及任何時間 (於戶外地方進行運動期間、飲食或淋浴時除外) 都必須時刻配戴口罩；
2. 所有中心使用者在室內位置進行運動時必須佩戴口罩；
3. 立即到艇倉自行或在職員協助下量度及記錄體溫；填寫中心進出紀錄及簽署聲明；
4. 避免隊員間身體接觸；
5. 避免在艇倉內逗留，在搬出艇隻及所需器材後盡快出艇；
6. 避免在更衣室及洗手間內逗留；
7. 經常保持雙手清潔，尤其在觸摸口、鼻或眼之前；觸摸扶手或門把等；或當手被呼吸道分泌物污染時，如咳嗽或打噴嚏後；
8. 於洗手時以梘液和清水清潔雙手，搓手最少20秒，用水過清並用抹手紙弄乾。如沒有洗手設施，或雙手沒有明顯污垢時，請使用含70%至80%的酒精搓手液潔淨雙手亦為有效方法；
9. 於打噴嚏或咳嗽時用紙巾掩蓋口鼻，把用過的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內，然後徹底清潔雙手；
10. 於如廁時注重衛生，先將廁板蓋上才沖廁水，以免散播病菌；
11. 本人或同住親友外遊返港後14日內避免進入沙田賽艇中心及賽馬會石門賽艇中心；
12. 在中心範圍內，室內及室外地方(例如碼頭、洗艇區、露台等)禁止進行多於4人的羣組聚集，而羣組與羣組之間需保持1.5米或以上距離的規定；
13. 所有艇種都可進行水上訓練；
14. 使用者必須為賽協的有效會員；
15. 在晨早訓練時段，必須嚴格遵守《Key Holder Agreement》的條款，特別要確保所有使用者為非初學者者；
16. 為確保淋浴設施使用者之間保持適當的距離，沖身格或沖身花灑頭會以「隔一個，開一個」方式開放。同時，賽協亦會加強清潔消毒沖身設施和儲物櫃等；
17. 飲水機將開放供中心使用者使用。但基於安全考慮，使用者必須自備飲水樽，並且不得直接用口飲用過濾水。

本人亦同意作出以下聲明:

1. 本人沒有發燒(37.6 °C 或以上)及出現呼吸道感染病徵；
2. 本人及同住親友沒有在最近14天內外遊；或曾到訪內地醫院或診所、濕貨街市、活家禽市場或農場；
3. 本人沒有接觸動物 (包括野味)、禽鳥或其糞便；曾進食野味及光顧有提供野味的食肆；
4. 本人沒有近距離接觸確診者，特別是有急性呼吸道感染症狀的患者；
5. 本人不屬於任何感染群組，包括家人/伴侶/同學/院友有類似急性呼吸道感染症狀；
6. 本人並不是當前正在接受強制性自我檢疫或醫療監視。

本人承諾、確認及同意如有以上任何一項聲明與上述描述不同，本人不能進入中心；若出現呼吸道感染病徵，本人不會到訪兩間賽艇中心，並會戴上外科口罩，盡早向醫生求診。如本人於進入沙田賽艇中心及賽馬會石門賽艇中心後的14日內出現呼吸道感染病徵，本人會盡快通知賽協，以保障其他中心使用者的安全。如本人職業是在醫院/診所/濕貨街市工作，除遵守以上守則外，亦會主動向 hkcr@rowing.org.hk 申報。

請留意新型冠狀病毒不容忽視，賽協在有限的資源下作出相應預防措施，並希望能與各中心使用者共同抗疫。賽協將繼續密切留意情況，包括有關政府部門對疫情最新發展情況，因此有機會在短時間內更改以上使用指引及開放時間。如對上述安排有任何問題，請致電 2699-7267 與本中心職員聯絡。感謝您的關注及合作。

中國香港賽艇協會