

Protocol BINNEN sporten per 1-10-2020

GV Wilskracht Rhenen

Versie: 30-9-2020



Beste jeugdleden,

Na een periode buiten gesport te hebben, gaan we de gymzaal weer in. In dit protocol vindt u alle informatie en afspraken op basis van de huidige richtlijnen. De laatste versie zal altijd op de website staan. Het is belangrijk dat u dit goed leest én bespreekt met uw kind. Alleen door ons aan de regels te houden maken we het mogelijk om met elkaar te sporten, en houden we het risico op besmetting zo klein mogelijk. Per 1 september sporten alle groepen van Wilskracht weer binnen in gymzaal de Lijsterberg in Rhenen.

Wijziging per 1-10-2020:

We maken als vereniging de keuze om met maximaal 30 personen tegelijk in de gymzaal te zijn. Dit betekent voor de ouder- en kindgroep dat de groep momenteel vol zit er en geen nieuwe leden kunnen instromen. Nieuwe aanmeldingen worden op een wachtlijst geplaatst, bij voldoende aanmeldingen start er een tweede groep. We bekijken in de herfstvakantie of we deze regeling blijven hanteren of dat hij t.z.t. versoepeld kan worden.

Algemeen

Maak altijd een weloverwogen keuze om wel of niet te gaan sporten. Elke situatie is anders, en daar hebben we begrip voor.

Lesrooster

Reguliere lesrooster zoals vermeld op de website.

Afspraken bij het binnen sporten

- We houden de richtlijn van het RIVM, NOC*NSF en KNGU/Dutch Gymnastics aan. Dit betekent:
 - Blijf thuis als je een van de volgende (milde) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
 - Blijft thuis als een gezinslid koorts en/of benauwdheidsklachten heeft. Als het gezinslid 24 uur klachten vrij is, kun je weer komen sporten.
 - Blijf thuis nadat een gezinslid positief is getest op het coronavirus. Blijf 14 dagen thuis na het laatste contact met een besmet persoon. Volg hierin de richtlijn van het RIVM.
 - Schud geen handen
 - Raak je gezicht zo min mogelijk aan.
 - Hoest en nies in je elleboog
 - Gebruik papieren zakdoekjes
- Thuis voor vertrek naar locatie:
 - Trek thuis je sportkleren aan. De deuren van de kleedkamers staan mogelijk open t.b.v. extra ventilatie. Sport je normaal op blote voeten, en wil je dat nu niet? Gebruik dan antislipsokken (zoals van The Maxx), turnschoentjes met goede grip of bij recreatieve groepen binnen sportschoenen.
 - Was thuis je handen met water en zeep minimaal 20 seconde voordat je naar de gymzaal komt. Was je handen zodra je thuis komt weer.
- Op locatie:

- Verblijf als ouder niet onnodig in het gebouw. Wacht indien mogelijk buiten. Bij de meeste groepen is ondersteuning gewenst met op/afbouwen, en/of schoonmaken na de les. Vraag de train(st)er of dit van toepassing is bij de betreffende lesgroep. Betreden van het gebouw en gymzaal is hiervoor uiteraard toegestaan.
 - Tijdens de les hoeven personen geen afstand te houden tot elkaar. Buiten de les zoals in de hal en kleedkamers geldt dit voor personen van 18 jaar en ouder wel.
 - Geef elkaar ruimte op de wisseltijden tussen groepen. De nieuwe groep kan indien gewenst langs de muur plaatsnemen, waarna de vorige groep de kleedkamer in kan.
 - Schoonmaken materialen.
Er is geen duidelijkheid over het effect van het wel of niet schoonmaken van de materialen tijdens en/of na de les. We hanteren de volgende afspraak: we maken materialen welke nat gereinigd kunnen worden schoon aan het einde van het lesblok van die dag, dat zijn de 2e recreatiegroep, selectie en kleuters. We verwachten dat zowel leden als ouders hierbij helpen. Wilskracht zorgt voor schoonmaakmiddel en doekjes. Er blijft ook extra handgel aanwezig in de gymzaal mocht de handgel en/of zeep van de locatie op zijn. De gemeente zorgt voor de schoonmaak van de gymzaal vloer en kleedkamers.
- In de gymzaal:
- Kinderen/leden zijn maximaal 5 à 10 minuten van te voren welkom in de kleedkamer, en gaan na de les direct naar huis.
 - Was of desinfecteer je handen elke keer als je vanuit de kleedkamer de gymzaal in komt.
 - Per 1 juli is het fysiek hulpverleners door trainers en assistenten weer toegestaan. We zullen hier gebruik van maken, maar dit beperken waar mogelijk.
 - Tijdens de les hoeven personen geen afstand te houden tot elkaar. Buiten de les zoals in de hal en kleedkamers wel.
 - Niet-leden zijn welkom bij de recreatieles, kleuterles en damesles voor 3 gratis proeflessen.
- De trainers zijn op de hoogte van het protocol en de landelijke richtlijnen, en houden zich hier aan. Linken naar richtlijnen:
- <https://nocnsf.nl/sportprotocol>
 - <https://dutchgymnastics.nl>
 - <https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19>