

Zwem- en Polovereniging “De Waterkip” Barneveld



Protocol “Sporten bij DWK” *Trainers & instructeurs*

RIVM richtlijnen en algemene protocol DWK

De richtlijnen van het RIVM en het algemene protocol van DWK is van toepassing. Wees op de hoogte van de actuele versie van het protocol. Check de DWK-website voor de juiste versies van alle protocollen: <https://www.dewaterkip.nl/node/1507>

Binnen de sportsituatie is de 1.5m maatregel niet van toepassing. Rondom het zwembad en daarbuiten alleen bij mensen van 18 jaar en ouder.

Enrichtingsverkeer in het zwembad

In de zwembaden die we gebruiken is eenrichtingsverkeer van toepassing. Vanuit de entreehal wordt dit aangegeven d.m.v. bewegwijzering vanuit Optisport. Op die manier zorgen we ervoor dat altijd 1.5m tussen elkaar van toepassing kan zijn. In het DWK protocol op de website staan de plattegronden met looproutes.

Voor aanvang van een training/les

Sporters mogen niet eerder dan 10 minuten voor de training aanwezig zijn bij de accommodatie. Toegang tot het pand wordt door de coördinator gegeven op moment van aanvang training, dus we starten iets later dan aangegeven. Registreer de aanwezigheid van de sporters en bewaar de presentielijst op de daarvoor afgesproken plek (digitaal). Als sporters niet komen trainen, MOETEN ze zich afmelden.

Het bad

Het bad kan zoals gebruikelijk ingedeeld worden, hiervoor zijn geen beperkingen meer van toepassing.

Na afloop van de training

Trainingen zullen ietsje eerder dan de eindtijd klaar zijn (5 minuten), zodat het bad snel gereed is voor de volgende groep. Volg de bewegwijzering richting de douches, door de kleedkamers naar de uitgang. Er is een beperkt aantal kleedkamers/kleedhokjes beschikbaar om om te kleden. Binnen 10 minuten na de training heb je het pand verlaten.

Materiaal

Sporters dienen hun eigen materialen te gebruiken. Materiaalhokken worden door 1 persoon tegelijk betreden. Ballen dienen na gebruik in het zwembadwater ondergedompeld te worden en daarna terug in de bakken gegooid te worden.

Badpersoneel, trainers en corona-coördinator

Het badpersoneel, de trainers en een door DWK aangestelde corona-coördinator zien toe op naleving van de maatregelen. Incidenteel kan het voorkomen dat BOA's controle uitvoeren in de baden. Spreek mensen aan op hun gedrag. Bespreek in gezamenlijkheid wie bij welk trainingsmoment de corona-coördinator is. Hij of zij mag natuurlijk ook gewoon trainen geven, maar is wel herkenbaar met een hesje van de vereniging.

Toiletten, douches en andere ruimtes

De toiletten bij het zwembad zijn geopend. We stimuleren iedereen om zo veel mogelijk thuis gebruik te maken van het toilet. De rietkroeg is gesloten, hier is ook niemand aanwezig. In de rietkraag wordt ten

Zwem- en Polovereniging “De Waterkip” Barneveld



Protocol “Sporten bij DWK” *Trainers & instructeurs*

alle tijden 1,5m afstand gehouden. De tribune is gesloten. Alleen bij wedstrijden/activiteiten is de Rietkroeg en de tribunes toegankelijk. Hiervoor zijn aparte protocollen opgesteld. Douches zijn beperkt beschikbaar. Haren wassen is niet toegestaan.

Beperkte ruimte

Vanwege de beperkende maatregelen kunnen we niet altijd complete groepen laten komen trainen. Als trainersgroep bepaal je wie wanneer komt trainen om te kunnen voldoen aan de maximale aantallen die zijn voorgeschreven.

Sporttechnische zaken

Landtraining kan niet in de zwemzaal, mits de 1.5m ruimte aangehouden kan worden en de groep geen belemmering vormt in de looproutes.

Overige richtlijnen voor trainers

1. Kom alleen op vooraf besproken tijden;
2. Kom alleen of kom met personen uit jouw huishouden;
3. Kom met persoonlijk vervoer: zoals te voet, met de fiets of auto.
4. Kom niet eerder dan 10 minuten voor de afgesproken starttijd naar de accommodatie;
5. Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op;
6. Ga voorafgaand aan het zwembadbezoek thuis naar het toilet;
7. Trek thuis je trainingskleding aan. Op een aangeduide locatie in de badinrichting hoef je als zwemmer alleen de ‘overkleding’ uit te trekken en in een meegenomen sporttas mee te nemen naar een aangewezen plek, inclusief schoenen.
8. Was voorafgaand aan en na afloop van het zwembadbezoek je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
9. Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het noodzakelijke minimum;
10. Beperk gebruik van niet noodzakelijke ruimten in de accommodatie;
11. Verlaat direct na het zwemmen de accommodatie zo spoedig mogelijk via de routing naar de aangewezen uitgang.
12. Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
13. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;
14. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
15. Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
16. Blijft thuis als je in thuisisolatie bent omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
17. Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;

Zwem- en Polovereniging "De Waterkip" Barneveld



Protocol "Sporten bij DWK" Trainers & instructeurs

VOORZORGSMAAATREGELEN Coronavirus



Blijf thuis als je verkouden
of griepig bent



Thuis douchen,
voor en na



Trek thuis je
zwemkleding aan



10 minuten voor
aanvang naar binnen



Houd 1,5 meter
afstand



Volg de verplichte
looproute



Desinfecteer je handen
bij binnenkomst



Volg instructies op van
onze medewerker(s)



Betaal contactloos
met pin of mobiel



Gebruik verplicht
een handdoek



Gebruik je
eigen bidon



Neem je afval
mee naar huis



Stop 5 minuten
voor het einde

Bedankt!