

Protocol gymzalen en sporthal versie 15 oktober 2020

Inleiding

Dit is het protocol versie 15 oktober 2020. Alle reeds ingeleverde protocollen voor 14 oktober 2020 komen hiermee te vervallen. Het protocol kan gewijzigd worden naar aanleiding van recente ontwikkelingen.

Tekstbegrippen

Waar sportzalen wordt benoemd betreft dit de gymzalen en sporthal

Waar lesgevers wordt benoemd betreft dit ook trainers/toezichhouders/docent etc.

Vooraf nog even duidelijk

1. Iedereen houdt zich aan de voorgeschreven RIVM richtlijnen.
2. Het huishoudelijke reglement van de gymzalen en sporthal blijft altijd van toepassing.
3. Wij verwijzen u naar 'Advies voor tijdelijke aanpassingen reanimatie richtlijnen in verband met de COVID-19 pandemie'.

Veiligheid en hygiëne in en rondom de gymzalen en sporthal

Veiligheid en hygiëneregels voor iedereen (op basis van Richtlijnen RIVM):

1. Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
2. 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;
3. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 10 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
4. Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
5. Blijft thuis als je in thuisisolatie bent omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
6. Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
7. Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden. Het verbod is niet van toepassing op:
 - A. Als het afstand tot kinderen tot en met 12 jaar betreft;
 - B. Op personen in de leeftijd tot en met 17 jaar die sport beoefenen;
8. Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
9. Ga voordat je van huis vertrekt, bij voorkeur thuis naar het toilet;
10. Was voorafgaand aan en na het gymzaal en/of sporthal bezoek je handen met water en zeep;

11. Was de handen met water en zeep als je handen mogelijk besmet zijn: na het aanraken van objecten waar veel mensen aan zitten (deurknoppen, afstandsbediening, etc.); na een toiletbezoek; na hoesten, niezen in de handen; na het snuiten van de neus;
12. Vermijd het aanraken van je gezicht;
13. Schud geen handen;
14. Dringend advies is om in het gebouw mondkapjes te dragen. Tijdens sport mag het mondkapje af;

Voor gebruikers / huurders

1. Hygiëneregels hangen bij het betreden van de sportzaal en worden binnen meermaals herhaald (bij relevante ruimtes zoals gang). Artikelen zoals zeep, papieren zakdoeken etc. zijn voor verantwoording van de huurder/gebruiker;
2. Regels voor lesgevers, gebruikers en bezoekers staan op de website en worden actief naar specifieke gebruikersgroepen gecommuniceerd;
3. Kinderen tot en met 17 jaar mogen blijven sporten, onderlinge wedstrijden organiseren binnen de vereniging en zonder 1,5 meter afstand bewegen tijdens het sporten. Buiten de sport om geldt punt 7 "Veiligheid en hygiëne in en rondom de gymzalen en sporthal";
4. Iedere gebruiker / huurder hanteert een systeem dat voorkomt dat er meer mensen zijn dan toegestaan;
Maximaal 30 personen mogen zich per zelfstandige ruimte bevinden. Sportende kinderen staan hier los van. Wanneer sport (inclusief) kinderen afgelopen is moet men weer maximaal op 30 personen uitkomen. Let hierbij vooral op wisselingen.
5. Individuele sporten zoals: gym, badminton, dansen, boksen etc. (ook zang valt hieronder) is mogelijk in een maximale groepsgrootte van 30 in de binnenruimte per zelfstandige ruimte. Vooraf worden groepjes van maximaal 4 gemaakt die onderling 1,5 meter afstand kunnen behouden. Zij mixen niet met andere groepen. De andere groepen houden bij voorkeur meer dan 1,5 meter afstand t.o.v. de andere groep. Er wordt bijvoorbeeld ook niet "gedubbeld bij badminton" Dit geldt voor 18 jaar en oudere sporters.
6. Teamsporten zoals handbal, volleybal, voetbal etc. mag met maximaal 4 personen en 1,5 m afstand.
7. Zorg dat iedereen 1,5 meter afstand tot elkaar kan houden door dosering en routing. Stel waar mogelijk 1-richting looproutes in en beperk het aantal aanwezige personen voor het gehele complex of specifieke ruimtes. Beperk hierbij ook het contact tussen verschillende groepen (wisselingen).
Houdt daarnaast ook rekening met andere huurders die aansluitend op de eigen les het gebouw betreden. Hier dient tussen de huurders overleg te zijn.
Voor personen tot en met 12 jaar is een looproute niet noodzakelijk, maar wel adviserend.
Aanvulling St. George: we komen binnen via de hoofdingang, trekken daar onze schoenen uit en nemen onze schoenen en spullen mee naar de hal. We verlaten de hal via de nooduitgang.
8. Zorg voor strikte naleving van de geldende schoonmaakprotocollen. Deze dienen strikt en controleerbaar nageleefd te worden; Deel je (werk) benodigdheden niet met anderen. Reinig met een (eigen) schoonmaakmiddel bij start en na iedere les. Hanteer de

voorschriften m.b.t. gebruik en schoonmaak van materialen. Contact met materiaal en gezamenlijk gebruik daarvan door sporters is toegestaan.

9. Stel per locatie minimaal een 'coronaverantwoordelijke' aan die toeziet op de naleving van hetgeen in dit protocol is gesteld;
10. Coronaverantwoordelijke kan (al dan niet in overleg met lokaal gezag) bepalen om personen toegang te ontzeggen tot de accommodatie;
11. Geef lesgevers een uitgebreide instructie over de wijze waarop het protocol in de diverse locaties moet worden uitgevoerd;
12. Geef lesgevers de instructie dat zij gebruikers / bezoekers moeten aanspreken op ongewenst gedrag bij overtreding van de regels;
13. Geef lesgevers instructie over de wijze waarop ze op verantwoorde en veilige manier hun werkzaamheden kunnen uitvoeren;
14. Kantines, kleedruimtes en douches zijn voor alle gebruikers gesloten. Kleedruimtes worden enkel gebruikt voor toiletbezoek of als via de algemene gang de sportzaal niet betreden kan worden;
15. Er is geen publiek/ouders/toeschouwers etc. in het gebouw;
16. Houd handenwasgelegenheid en toiletten open en maak deze regelmatig schoon, minimaal 1 keer per dag.
17. Zorg dat EHBO-middelen, AED, etc. te allen tijde gemakkelijk toegankelijk zijn.
18. Het is volgens de richtlijnen niet noodzakelijk af te wijken van de huidige ventilatienormen. Adviserend zouden ramen en deuren zoveel als mogelijk open gezet kunnen worden.
19. Adviserend wordt er voorafgaand bij betreding van de sportzaal een gezondheidscheck uitgevoerd.

Voor sporters:

1. Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden. Het verbod is niet van toepassing op:
 - A. Als het afstand tot kinderen tot en met 12 jaar betreft;
 - B. Op personen in de leeftijd tot en met 17 jaar die sport beoefenen;
2. Kom alleen op vooraf besproken tijden;
3. Kom alleen of kom met personen uit jouw huishouden;
4. Kom met persoonlijk vervoer: zoals te voet, met de fiets of auto.
5. Kom niet eerder dan 10 minuten voor de afgesproken starttijd naar de accommodatie;
6. Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op;
7. Ga voorafgaand aan het sportzalenbezoek bij voorkeur thuis naar het toilet;
8. Was voorafgaand aan en na afloop van het sportzalenbezoek je handen met water en zeep;
9. Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het noodzakelijke minimum;
10. Kantine, kleedruimten en douches zijn gesloten. Het toilet is wel toegankelijk.
11. Verlaat direct na het sporten de accommodatie zo spoedig mogelijk via de routing naar de aangewezen uitgang.
12. Dringend advies is om in het gebouw mondkapjes te dragen. Tijdens sport mag het mondkapje af;

