



## Aanvullend coronaprotocol Flevo Nijkerk – 29 augustus 2020

### Algemeen

We volgen de basis regels op van Optisport - Jaap van der Krolbad.

### Samenvatting

Korte samenvatting van belangrijke regels (zie bijlage 2):

- Thuis douchen voor en na de training;
- Thuis alvast zwemkleding aantrekken;
- Binnenkomst via zij ingang bij kantine (kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang);
- Tas met al je spullen meenemen naar het wedstrijdbad;
- In de zwemzaal zijn alleen trainende leden en hun trainers. Ouders en anderen nemen plaats op de tribune (met 1,5 meter onderlinge afstand).
- Einde van de training is 5 minuten voor het eindtijdstip, om ruimte te maken voor anderen;
- Na afloop omkleden in kleedcabines, de grote kleedkamers zijn gesloten;
- Volg looproutes van Optisport;
- Na de training geen gezamenlijke afsluiting in de bar.

### Basis

De basis zijn de regels van Optisport en de hygiëneregels die landelijk gelden voor iedereen:

1. Doe vooraf altijd de gezondheidscheck, zie bijlage 1 voor deze poster;
2. Volg de voorzorgsmaatregelen van Optisport, zie bijlage 2 voor deze poster;
3. Volg de looproutes van Optisport tot aan en vanaf de zwemzaal, zie bijlage 3.

#### Let op:

- a. Binnenkomst vanuit kleedkamers via deur doelgroepen bad naar wedstrijdbad;
- b. Verlaten wedstrijdbad via de deur in wedstrijdbad (naar de douches).

### Zwemzaal

In de zwemzaal en tijdens de trainingen gelden de volgende aanvullende regels (vanuit Flevo) ten opzichte van de hiervoor benoemde regels en de algemene regels van het RIVM die iedereen in acht moet nemen en na moet komen.

1. Tijdens trainingen is er een coronaverantwoordelijke. Dit betreft de trainer / coach van het hoogst aanwezig trainende team. Volg de aanwijzingen van de coronaverantwoordelijke op. De trainer / coach aan de andere zijde van het bad reguleert het eigen team in overleg met de coronaverantwoordelijke.
2. Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen en jongeren tot 18 jaar onderling en kinderen tot en met 12 jaar tot volwassenen).

*Let op: Tijdens de activiteiten is normaal spelcontact **toegestaan** voor alle leeftijden. Advies van het RIVM betreft dit contact zoveel mogelijk te beperken (de trainer reguleert niet noodzakelijk contact, dus bij inzwemmen houden we zoveel mogelijk afstand). Het is belangrijk dat elke sporter en trainer/coach zich realiseert dat hij/zij, in geval van een eventuele besmetting in het team of groep (waarmee hij/zij langer dan 15 minuten op minder dan anderhalve meter sport) een nauw contact van een bevestigde COVID-19-patiënt is.*

Het gevolg is dan een quarantaine van 10 dagen na die sportactiviteit. Daarom is het advies om tijdens de trainingen nog steeds, zoveel als mogelijk, te trainen met minimaal anderhalve meter onderlinge afstand.

3. Teams onderling (met uitzondering van teams die samen trainen) houden afstand van elkaar. Daarmee voorkomen we dat teams onderling ook een nauw contact van een bevestigde COVID-19-patient kunnen worden. Samen trainende teams houden zich aan alternatieve zijden van het zwembad.

**Let op:**

Door je hier aan te houden voorkom je dat je in de categorie nauw contact komt te vallen, maar val je onder overige (niet nauwe) contacten. Dat houdt in dat wanneer je niet in direct contact bent met een besmet persoon *waarschijnlijk* niet 10 dagen in quarantaine hoeft.

**Let op:**

Blijf dus altijd op afstand van het team / team(s) dat aan de andere kant van het bad traint!

4. Loopverkeer voor de A-zijde van het zwembad vindt zoveel als mogelijk plaats aan de brede zijde van het bad (groene pijl). Loopverkeer voor zwemmers van de B-zijde volgen de zijde van het doelgroepen bad (paarse pijl).
5. Bij binnenkomst ga je de zwemzaal nog niet in als er nog anderen zijn. We verzamelen bij het doelgroepenbad en gaan pas de zwemzaal in als deze leeg is (zie verzamelpunt - geel vlak).
6. Teams verlaten daarmee (A en B zijde) afzonderlijk van elkaar het bad 5 minuten voor het einde. Eerst de teams trainende aan de B-zijde, daarna teams trainende aan de A-zijde.

