



Draaiboek COVID 19 maatregelen ¹

S.V. Sportlust

¹ Met dank aan de atletiekunie

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	2
Inleiding	3
Toegang sportpark.....	3
Trainingstijden en afspraken	4
Sportpark	4
Openen van het sportpark	4
Maatregelen trainers:.....	5
Trainers die groep training geven tot en met 12 jaar	5
Trainers die groep training geven tot en met 18 jaar	5
Maatregelen atleten.....	6

Inleiding

De looptraining voor de jeugdleden van S.V. Sportlust (8 t/m 18 jaar) zal zo spoedig mogelijk worden opgepakt. Hiervoor zijn onderstaande richtlijnen opgesteld.

De atleten moeten vooraf aangeven of zij aanwezig zullen zijn op de training.

Tijdens de trainingen zal een coördinator als aanspreekpunt op het sportpark aanwezig zijn. Deze is herkenbaar aan een fluorescerend hesje.

Toegang sportpark

Het kleine hek blijft gesloten.

Het grote hek wordt geopend.

Bij de ingang zullen de richtlijnen zichtbaar zijn d.m.v. borden met hierop de flyers van de Atletiekunie en zal materiaal aanwezig zijn om de handen te desinfecteren.

Kinderen die op de fiets komen zetten deze op de gebruikelijke plaats op het sportterrein (achterkant hoofdgebouw)

We adviseren om de atleten zoveel mogelijk lopend te laten komen of met de auto te brengen.

Trainingstijden en afspraken

Dinsdag

18:30 – 19:30 uur Op het Sportpark Ruyghweg

Donderdag (optioneel)

18.30-19.30 Op het sportpark de Linie

De huidige aantallen van onze groepen zijn jeugd tussen 8 en 12: **3 atleten**, jeugd tussen 13 en 18: **12 atleten**. De atleten moeten vooraf aangeven of zij gaan starten met de training en dus aanwezig zullen zijn. Dit gebeurt vooraf eenmalig bij de trainer. Daarna hoeven zij zich alleen af te melden als ze niet aanwezig zijn. Dit gebeurt bij de trainer zelf. Wij trainen alleen met onze eigen jeugd leden, gezien het beperkt aantal jeugd trainers bij onze vereniging.

De trainers zullen goed met elkaar afstemmen welke materialen ze voor hun training gaan gebruiken en welke deel van het sportpark ze gaan gebruiken.

De trainers zetten op tijd hun training uit zodat ze tussendoor niet te veel in aanraking komen met materialen en de atleten niet te veel tijd hebben om samen te scholen.

Aan het einde van de training de materialen door de trainers worden schoongemaakt met water en zeep of reinigingsdoekjes. De coördinator controleert of de protocollen nageleefd worden.

Alleen de trainers komen in de materiaalhoeken om spullen te pakken. Atleten mogen daar niet komen. Trainers kunnen handschoenen gebruiken om de materialen te pakken en op te ruimen.

Sportpark

Openen van het sportpark

De coördinator / trainer opent het sportpark en de ruimtes die open mogen (materiaalruimte). De deuren van materiaalruimtes blijven open waardoor er minder handaanrakingen zijn aan de deurknoppen.

Het toiletgebouw gaat alleen open indien nodig. De atleten vragen dit aan de trainer.

De overige deuren blijven gesloten.

De coördinator zorgt dat er op locatie voldoende middelen zijn om de Covid19 maatregelen na te leven. Dit houdt in:

- Bij de in- en uitgang van het sportpark staat een tafel met desinfectiemiddelen
Alle atleten en trainers zijn verplicht om bij de in- en uitgang gebruik te maken van de desinfectiemiddelen.
- Er zijn hygiëne handschoenen aanwezig voor de trainers om de materialen aan te raken / klaar te zetten.

- Er zijn hygiëne handschoenen aanwezig voor als er EHBO handelingen gedaan moet worden bij atleten. EHBO koffer en ICE packs zijn snel te pakken en liggen niet in het kantine gedeelte.
- Er zijn genoeg papieren handdoekjes aanwezig zodat de trainers of atleten hun handen kunnen afdrogen na het handen wassen als er sprake is van toiletbezoek.
- Er hangt een aftekenlijst voor schoonmaak van het toilet. Bij voorkeur 1 dames en 1 heren toilet (Atleten het liefst voor de training thuis plassen en niet tijdens de training, na de training het toilet schoonmaken).

Toezicht:

- De trainer houdt bij welke atleten aanwezig zijn. Vooraf aan de training wordt gevraagd of ze geen klachten hebben zoals verkoudheid, hoesten en/of koorts.
- De trainer laat 10 minuten voor de training de atleten naar binnen en niet eerder.
- De trainer laat alleen trainers en atleten binnen op het sportpark , personen die verder niet op het terrein hoeven te zijn worden niet toegelaten.

Maatregelen trainers:

Trainers die groep training geven tot en met 12 jaar

- Bereid je training goed voor en zorg voor oefeningen en spelvormen, 1,5 meter onderlinge afstand is hierbij niet nodig. Alleen de afstand tussen de trainers moeten wel 1,5 meter zijn.
- Kom op eigen gelegenheid naar de atletiekbaan.
- Zorg er voor dat de training klaar staat als de atleten het sportpark betreden.
- Geef vooraf duidelijk de gedragsregels aan de atleten aan, zij mogen geen lichamelijke contact hebben met de trainers.
- Trainers weten welke atleten er op de training komen en sturen de lijst door naar de coördinator. De atleten die zich niet op gegeven hebben worden niet toegelaten op het sportpark
- Volg de voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen.
- Wanneer je de volgende symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (ook geen milde klachten!) of als iemand in je gezin deze klachten heeft dan meldt je dit bij de coördinator en mag je geen training geven.

Trainers die groep training geven tot en met 18 jaar

- Bereid je training goed voor en zorg voor oefeningen en spelvormen, 1,5 meter onderlinge afstand moet worden aangehouden. De afstand tussen de trainers moet ook 1,5 meter zijn.
- Kom op eigen gelegenheid naar de atletiekbaan.
- Zorg er voor dat de training klaar staat als de atleten het sportpark betreden.
- Geef vooraf duidelijk de gedragsregels aan de atleten aan, zij mogen geen lichamelijke contact hebben met de trainers.
- Trainers weten welke atleten er op de training komen. De atleten die zich niet op gegeven hebben worden niet toegelaten op het sportpark

- Volg de voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen.
- Wanneer je de volgende symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (ook geen milde klachten!) of als iemand in je gezin deze klachten heeft dan meld je dit bij de andere trainers en mag je geen training geven.
- Zorg er voor dat de training klaar staat als de atleten het sportpark betreden.
- Zorg dat de atleten zo min mogelijk de materialen delen.
- Geef vooraf duidelijk de gedragsregels aan de atleten aan, dat de 1,5 meter gehandhaafd moet worden, en dat er geen lichamelijk contact met elkaar en trainers mag.
- Wijs de atleten op het belang van handen wassen / desinfecteren.
- Help de atleten om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt. Alleen bij het opvolgen van de regels mag een atleet mee doen met de training.
- Volg de voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen.

Maatregelen ouders:

- Meld de kind(eren) vooraf aan voor de start van de trainingen. Alleen dan mag hij/zij weer beginnen. Geef hierbij een telefoonnummer op waarmee u tijdens de training bereikbaar bent.
- Breng je eigen kind(eren) alleen naar de club wanneer er een training voor je kind(eren) gepland staat en je kind niet op eigen gelegenheid kan komen.
- Zorg dat je kind(eren) thuis naar het toilet geweest is.
- Laat je kind(eren) thuis al handen wassen.
- Zorg dat je kind(eren) in sportkleding naar de club komt. De kleedkamers zijn gesloten. Douchen op de accommodatie is niet mogelijk.
- Als ouder heb je geen toegang tot de sportaccommodatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van je kind(eren).
- Breng je kind(eren) niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training op de accommodatie. Wanneer je kind oud genoeg is laat je hem/haar zelf naar de training gaan.
- Haal direct na de training je kind(eren) op van de accommodatie. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.
- Volg altijd de aanwijzingen van trainers op
- Uw kind mag niet komen trainen als hij/zij symptomen heeft van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (ook geen milde klachten!) of als iemand in het gezin deze klachten heeft.
- Indien de trainer constateert dat uw kind klachten heeft zal uw kind naar huis worden gestuurd of wordt u verzocht uw kind op te komen halen. Doet u dit dan onmiddellijk.

Maatregelen atleten

- Meld je van te voren aan bij de trainer
- Kom alleen wanneer er voor jou een training gepland staat.
- Kom zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportaccommodatie. Kom alleen of kom met personen uit jouw huishouden.

- Kom in sportkleding naar de club. De kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen op de accommodatie.
- Zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest.
- Was thuis al je handen.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training naar de club.
- Je mag niet komen trainen als je symptomen hebt van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (ook geen milde klachten!) of als iemand in jouw gezin deze klachten heeft.
- Volg altijd de aanwijzingen van trainers en begeleiders op. Indien je dit niet doet krijg je een waarschuwing. Na twee waarschuwingen mag je niet meer mee trainen.
- Houd 1,5 meter afstand tot de andere atleten en de trainers. Atleten tot en met 12 jaar hoeven onderling geen 1,5 meter afstand te houden.
- Gebruik zoveel mogelijk eigen materialen of desinfecteer de materialen voordat iemand anders ze gebruikt.
- Gebruik alleen je eigen bidon om uit te drinken en vul deze thuis.
- Verlaat direct na de training de accommodatie.

Contactpersoon

De coördinator binnen SV Sportlust voor dit protocol en de COVID-19 maatregelen is Rob Donker bereikbaar op:

Telefoon: 06 53829313

E-mail: rob.donker@xs4all.nl