



## Bewegen binnen Corona-maatregelen

Uitvoeringsprotocol A.V. Start '78

### **Inleiding**

Vanaf 11 mei is het ook voor atleten boven de 18 toegestaan om weer samen te gaan sporten en bewegen in de buitenruimte. Onder voorwaarden en binnen de algemene richtlijnen van het RIVM. En vanaf

In dit protocol beschrijven we de maatregelen die A.V. Start '78 neemt om te zorgen dat er wordt voldaan aan deze voorwaarden en richtlijnen. Deze maatregelen zijn tevens gebaseerd op het Protocol Verantwoorde Atletieksport van de Atletiekunie wat weer gebaseerd op het algemene protocol Verantwoord Sporten van NOC\*NSF.

### **Uitgangspunten:**

1. Het creëren van een veilige omgeving voor alle atleten, trainers en overige vrijwilligers.
2. De mogelijkheid om samen de atletieksport te beoefenen. Het mogelijk maken van het naleven van de 1,5m maatregel.
3. Het voorkomen van rechtstreeks fysiek contact. Bedoeld en onbedoeld.
4. Aanvullende hygiënemaatregelen.

Het protocol richt zich op deelnemers, ouders en toeschouwers, trainers en overig kader. Controle op het uitvoeren en naleven van deze maatregelen en richtlijnen wordt gedaan door de vereniging, maar ook door de plaatselijke overheid.

Het niet naleven kan betekenen dat er niet meer gesport kan worden. Niet door de 'overtreder' of zelfs niet door de hele vereniging.



## Kaders

Atleten mogen weer samen, onder begeleiding, trainen in de buitenlucht. Daarbij moeten de hygiëne maatregelen van het RIVM worden gevolgd. Voor de jeugd in de leeftijd vanaf 13 jaar geldt dat zij zich tijdens het sporten 1,5 meter afstand moeten houden, voor de jeugd t/m 12 jaar geldt dat niet. Alleen trainingen zijn toegestaan, wedstrijden en evenementen blijven verboden.

Daarbij een aantal praktische maatregelen:

- De aankomst- en vertrekmomenten moeten zo kort mogelijk worden gehouden.
- Ouders en toeschouwers zijn helaas niet welkom.
- Op diverse vlakken worden extra maatregelen genomen t.a.v. hygiëne en het voorkomen van besmetting.

## Voorafgaand aan de training

- Heb je koorts of heb je één van de hierna genoemde klachten? Dan verwachten we dat je thuis blijft. Dit geldt ook als een ander gezinslid koorts heeft. Onder klachten verstaan we de volgende symptomen: neus-verkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoest, benauwdheid of koorts. Pas als er 24 uur geen klachten meer zijn mag je weer komen sporten.
- Omkleden doe je thuis. Zorg dat je thuis ook nog even naar het toilet gaat.
- Je gebruikelijke flesje met water mag je deze keer thuis laten. De trainers zorgen voor water.
- Je komt niet eerder dan 10 minuten van te voren. Ook na afloop vertrek je meteen weer.
- Laatkomers krijgen geen toegang. In verband met een sluitend toezicht kunnen we je niet meer toelaten; de training is begonnen en de trainers zijn bij de groep.

## Bij aankomst

- Contact tussen volwassenen onderling, en tussen volwassenen met andere kinderen, moet zoveel mogelijk worden voorkomen. Ouders, familie en/of vrienden zijn daarom niet welkom op of rond de accommodatie. Wanneer atleten niet zelfstandig naar de vereniging kunnen komen kunnen de ouders hun kind afzetten op de parkeerplaats (auto) of per fiets of lopend afzetten buiten de ingang.



- Voor het betreden van de accommodatie dienen de atleten hun handen te ontsmetten. Bij het hek staat een tafel om je handen te ontsmetten.
- Van iedereen die onze accommodatie betreedt verwachten we dat ze zich houden aan de maatregelen en de richtlijnen van het RIVM.
- Klachten en/of koorts? Blijf thuis! Ook als iemand anders binnen het gezin koorts heeft.
- Desinfecteer je handen.
- Niezen en hoesten in je elleboog.
- 1,5m afstand van iedereen van 13 jaar en ouder (junioren), trainers en andere volwassenen.
- Atleten houden 1,5m afstand. Ook na aankomst en voorafgaand aan de training.

### **Tijdens de training (organisatie)**

- Bij groepen groter dan 10 atleten, groep splitsen en extra trainer inzetten.
- Atleten houden 1,5m afstand. Onderling, van trainers en van iedere andere aanwezige volwassene.
- Het clubhuis is gesloten met uitzondering van de toiletten. Toiletbezoek doe je vooraf thuis. Met goedkeuring van de trainer kan je naar het toilet. Hierbij worden extra hygiënemaatregelen in acht genomen (zie bij overig)
- Vermijd het aanraken van je gezicht. Schud geen handen.
- Intensieve inspanning levert soms een snottebel, zweetdruppels, een hoestbui op of speeksel dat in de weg zit. Vergeet niet om ook dan de hygiënemaatregelen in acht te nemen. De trainers zorgen voor neusdoekjes. Gebruik ze, doe ze in de aangewezen prullenbak en ga je handen extra desinfecteren.
- Ook tussendoor kan de trainer je vragen je handen te desinfecteren
- Waar mogelijk wordt contact met materialen voorkomen. Materialen worden klaargezet en opgeruimd door de trainers. Ook in de materiaalopslag is beschikking over ontsmettingsmiddelen. De materiaalopslag is alleen toegankelijk voor trainers.



- De trainers houden met hun organisatie en instructie rekening met de afgesproken maatregelen. Van atleten wordt verwacht dat ze de instructies en aanwijzen opvolgen en zich hieraan houden.

### **Bij vertrek**

- Na afloop van de training ga je zo snel mogelijk weer naar huis.
- Vertrek niet in groepjes.
- Ouders die hun kinderen ophalen blijven in de auto of staan op ruim voldoende afstand buiten het hek, zodanig dat er tenminste 1,5m afstand kan worden gehanteerd tussen andere ouders en vertrekkende atleten.

### **Trainers**

- Trainers en overige kaderleden die de eerder genoemde klachten vertonen en/of koorts hebben, of waarbij een huisgenoot klachten en koorts heeft, worden geacht geen training te geven. Pas als er 24 uur lang geen sprake meer is van klachten zijn ze welkom om (weer) training te geven.
- Trainers inventariseren hoeveel atleten op de trainingen aanwezig zullen zijn (appgroep), dit helpt met het maken van een geschikte lesvoorbereiding.
- Ook trainers en overige kaderleden ontsmetten bij aankomst hun handen en conformeren zich aan de bovengenoemde maatregelen.
- Trainers houden 1,5m afstand van atleten (pupillen en junioren) en eventuele andere aanwezige kaderleden. Probeer voor de jongste jeugd dit inzichtelijk te maken, d.m.v. pionnen.
- Trainers zijn in hun organisatie voorwaardenscheppend voor het naleven van de maatregelen.
- Trainers nemen niet alleen voor de atleten, maar ook voor zichzelf de nodige veiligheid in acht.
- Ook de trainers vertrekken z.s.m. na afloop van de training. (na het desinfecteren van de materialen)
- Van trainers wordt verwacht dat ze ingrijpen bij onveilige situaties. Dus ook nu.



### **Accommodatie & faciliteiten**

- Aangezien het clubhuis niet open is, zal er een EHBO-tas geplaatst worden in de algemene materiaalopslag. Alle trainers en kaderleden worden hiervan op de hoogte gebracht.
- De trainers zorgen, met inachtneming van de nodige hygiëne maatregelen, voor water en wegwerpbekertjes t.b.v. een drinkpauze.

### **Overige**

- Bij de ingang en op gezette locaties bevinden zich posters e.d. om ouders, atleten, trainers en atleten te wijzen op de maatregelen en de routing.
- Er wordt een looprichting gemaakt voor het in en uitgaan door het toegangshek.
- Er worden afvalcontainers bijgeplaatst.
- Toiletten, deurkrukken e.d. worden extra vaak gereinigd en ontsmet. Dit zal gebeuren door de kantinecommissie.
- Vragen van ouders aan trainers kunnen worden gesteld via de mail of whatsapp.

### **Maatregelen bij het niet naleven**

Ieder die een gevaar vormt voor iemand anders of zichzelf is niet welkom. Ook nu niet. Net als in andere situaties waarbij de veiligheid van atleten, trainers of andere aanwezigen in het geding is, zullen trainers ingrijpen. Uitsluiting van de training of zelfs meerdere trainingen kan het gevolg zijn.

We doen en kunnen dit niet alleen. Van ouders wordt gevraagd dat ze meehelpen om deze maatregelen na te leven, hun kinderen instrueren en zorgen dat het kind deze naleeft. Voor vragen over dit protocol en de genoemde maatregelen kan contact worden opgenomen met het bestuur.