

30 september 2020

Protocol verantwoord sporten jeugd en volwassenen Roei- en Zeilvereniging Gouda tijdens de coronacrisis.

Inleiding

Dit protocol is van toepassing op leden van de Roei- en Zeilvereniging Gouda (RZVG), Notaris d'Aumérielaan 35, 2811 HS, Reeuwijk voor het verantwoord te laten roeien en zeilen; Er is gebruik gemaakt van het "Protocol verantwoord sporten", opgesteld door NOC/NSF in samenwerking met de Vereniging van Gemeenten; de richtlijnen van de Koninklijke Nederlandse Roeibond en het Watersportverbond, specifiek voor onze takken van sport.

Het protocol is opgesteld door het corona-crisisteam van de RZVG:

Chris Stoffer, voorzitter en praktiserend huisarts : telefoon 06 50251589

Keesjan de Wilde, roeicommissaris en rustend huisarts: telefoon 06 50693215

Er is regelmatig contact met de Gemeente Bodegraven-Reeuwijk.

Na goedkeuring van het bestuur en de lokale autoriteiten wordt het protocol op de website van de RZVG gepubliceerd: www.roeienzeil.nl/vereniging/protocollen-in-verband-met-coronavirus/

Protocolaanpassingen worden gecommuniceerd via de nieuwsbrief aan leden en RZVG website.

Het protocol is opgebouwd uit twee delen.

Deel 1: ALGEMEEN

Deel 2: SPECIFIEK ROEIEN EN ZEILEN

Dit document betreft deel 1: Algemeen.

Algemeen

Voor alles geldt:

- gezond verstand gebruiken staat voorop.
- blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts .
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag jij of je kind weer sporten en naar buiten.
- 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 thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact - houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor jeugd tot en met 18 jaar).
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes. Gooi papieren zakdoekjes na gebruik meteen weg.
- ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet.
- was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden.



30 september 2020

- was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie.
- douche thuis en niet op de sportlocatie vermijd het aanraken van je gezicht, schudt geen handen.
- kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis. Blijf niet onnodig op de steiger hangen.
- Er mogen geen toeschouwers aanwezig zijn bij trainingen, lessen, examens en wedstrijden.

Gebouw en terrein

Algemeen

Het terrein, terras en gebouwen zijn toegankelijk voor alle leden mits de 1,5 meter afstandsregel wordt toegepast (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar onderling en tot volwassenen, leden uit één huishouden en jongeren tot 18 jaar onderling).

Het verenigingsgebouw is geopend.

Kleedkamers en gemeenschappelijke sanitaire voorzieningen (douches en toiletten, incl. invalidentoilet beneden) zijn geopend. De sanitaire voorzieningen worden minimaal 1x per dag schoongemaakt. Het maximaal aantal personen dat zich tegelijk in de kleedkamer mag bevinden is twee.

De kleedkamers en gemeenschappelijke sanitaire voorzieningen zijn bereikbaar via de trap aan de noordzijde. Via de trap aan de zuidzijde kan men weer naar beneden.

Bij de giekenloods, bij de wherryloods en boven aan de noordelijke trap staan desinfectie-zuilen om contactloos de handen te reinigen.

Verbandtrommels en AED apparaat zijn beschikbaar.

De botenloodsen zijn uitsluitend geopend om de boten te pakken en kleine reparaties te verrichten.

Op het noordelijke en zuidelijk deel van het terrein staan emmers met vloeistof en doeken klaar voor het schoonmaken van de gebruikte boten en toebehoren.

Sociëteit en terras

Vanaf 29 september 18:00 uur zijn de sociëteit en het terras voor minimaal 3 weken gesloten.

Ergometerruimte

De ergometerruimte (fitnessruimte) is geopend voor gebruik. Het rolluik is overdag permanent geopend.

Het advies is om de ergometers zoveel mogelijk buiten te gebruiken.

Het gelijktijdig gebruik van de ergometers in de ergometerruimte is beperkt tot 6 personen. Daar mag één coach bij aanwezig zijn. Het is niet toegestaan om als toeschouwer aanwezig te zijn.

Tijdens het sporten in de ergometerruimte moet het rolluik volledig opgedraaid zijn.



30 september 2020

Tijdens het sporten is het advies om de 1,5 meter afstand aan te blijven houden. Als dit niet mogelijk is mag men volgens de richtlijnen van het RIVM dichterbij elkaar sporten. Ook wordt geadviseerd intensieve trainingen te beperken in verband met vermindering verspreiding aerosolen.

Houd 1,5 meter afstand van anderen voor en na de roei-activiteit.

Na afloop moeten de ergometers schoongemaakt worden met de vloeistof uit de gele emmers.

Diversen

Het corona-crisisteam evalueert iedere week.

Lees het protocol voor specifiek roeien en/of zeilen voor de aanvullende maatregelen.

De leden en de beheerder zijn op de hoogte gebracht van het protocol. De belangrijkste gedragsregels staan op posters die op de vereniging zijn opgehangen.

De contactpersoon voor de gemeente is Keesjan de Wilde, Tel. Nr. 06 50693215

De beheerder, Arno Rijnhout, is bereikbaar op Tel. Nr. 06 83404501