

## 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, 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 RZVG website  
gepubliceerd: [www.roeienzeil.nl/vereniging/protocollen-in-verband-met-coronavirus/](http://www.roeienzeil.nl/vereniging/protocollen-in-verband-met-coronavirus/)

Het protocol omvat de onderwerpen 'Algemeen, 'Gebouwen en terrein', 'Roeien en Zeilen' en 'Diversen'.

## Algemeen

### Voor alles geldt:

- Gezond verstand gebruiken staat voorop.
- Blijf thuis en laat je testen als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit dit soort klachten (zie voorgaand punt) ontstaan. Dit geldt voor iedereen waarmee nauw contact is geweest.
- Blijf thuis als:
  - iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft;
  - iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus;
  - je in nauw contact bent geweest met een besmet persoon;

*Lees meer over regels voor testen en thuisblijven op:*

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19>

- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes. Gooi zakdoekjes na gebruik meteen weg.
- Was vaak je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden, juist ook voor en na bezoek aan de vereniging.
- Vermijd het aanraken van je gezicht. Schudt geen handen.

Van toepassing vanaf 19 december 2021

## Gebouw en terrein

De vereniging is geopend van 8.00 uur - 17.00 uur

### **Terrein**

Het is verplicht om op het terrein 1,5 meter afstand te houden. Iedereen van 18 jaar en ouder houdt 1,5 meter afstand tot volwassenen en jongeren vanaf 13 jaar. Bewoners van één adres hoeven geen 1,5 meter afstand van elkaar te houden.

### **Terras, sociëteit en kleedkamers**

- Terras en sociëteit zijn gesloten.
- Kleedkamers en douches zijn gesloten.
- De toiletten boven en het invalidentoilet met douche en toilet beneden zijn open. De douche in het invalidentoilet is alleen te gebruiken voor noodgevallen.

### **Werkplaats**

- De werkplaats is beperkt geopend, er mogen maximaal 2 personen aanwezig zijn.

### **Ergometerruimte**

- De ergometerruimte is gesloten.
- De ergometers mogen buiten gebruikt worden tussen 8:00 en 17:00 uur. In groepjes van twee op 1,5 m afstand. Er zijn daarvoor 2 ergometers in de ergometerruimte en twee in de zeilloods beschikbaar om buiten neer te zetten.
- De groepjes mogen niet mengen.

## Roeien en Zeilen

- Sporten op binnensportlocaties is niet toegestaan.
- Sporten op buitensportlocaties is van 8:00 tot 17.00 toegestaan onder de volgende voorwaarden:

### **Jeugd tot en met 17 jaar**

Deze groep mag 'normaal' buiten sporten. Roeien en zeilen in alle boottypen en ergometers zijn voor hen buiten toegestaan. Tijdens het sporten hoeft geen 1,5 meter afstand gehouden worden.

### **Volwassenen vanaf 18 jaar**

- Sporten is toegestaan in groepjes van maximaal twee personen op 1,5 meter afstand.
- Roeien is beperkt tot eenpersoonsboten of roeien met maximaal 2 personen in boten waarin 1,5 meter afstand toegepast kan worden (personen uit hetzelfde huishouden hoeven onderling geen afstand te houden):
  - skiffs, Edons, C1s
  - eenpersoonswherry's Specht en Koekoek mits ongestuurd en op de 's-Gravenbroekseplas;
  - gestuurde wherry's mits met 2 personen > 1,5 m afstand, één stuurman en een boegroeier;
  - C2/3 boten mits met 2 personen > 1,5 m afstand (Dus met een boeg en slag en midden positie vrij waarbij beide roeiers een COR diploma hebben, of met een stuurman en een boegroeier, slagpositie vrij);
  - Na overleg met de gemeente is roeien in dubbeltwee-boten en de Tjif Tjaf ook toegestaan (1,4 meter afstand).

Van toepassing vanaf 19 december 2021

Zeilen is beperkt tot eenpersoonsboten of zeilen met maximaal 2 personen in boten waarin 1,5 meter afstand toegepast kan worden (personen uit hetzelfde huishouden hoeven onderling geen afstand te houden):

- Laser en Splash
- Laser Vago/RS Feva: tweepersoons zwaardboot, mits met 2 personen uit hetzelfde huishouden,
- Centaur: solo/1 persoon of bemanning uit hetzelfde huishouden,
- Randmeer, solo/1 persoon of maximaal 2 personen bemanning > 1,5 m afstand.

Indien bemanning uit hetzelfde huishouden komt zijn meerdere personen toegestaan.

Gebruik van de ergometers, zie onder.

## Hygiëneregels

Na afloop van het sporten worden de riemen van de roeiboten en de onderdelen van de boten of ergometers die zijn aangeraakt schoongemaakt met de vloeistof uit de gele emmers.

- Geforceerd stemgebruik in groepsverband, zoals schreeuwen, is op of langs het water niet toegestaan.

## Diversen

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