



# Protocol verantwoord sporten bij Turnvereniging Wilskracht Amsterdam

Amsterdam, 22 mei 2020

Het kabinet heeft de maatregelen ten aanzien van het Coronavirus verruimd per 11 mei 2020.

De belangrijkste voorwaarden zijn als volgt:

- Iedereen mag buiten sporten (inclusief lesgeven), mits er 1,5 meter afstand wordt gehouden. Die afstand geldt niet voor kinderen tot en met 12 jaar. Wedstrijden, gezamenlijke kleedkamers en douches zijn verboden. Voor kinderen en jongeren tot en met 18 jaar geldt nog steeds dat buiten sporten onder begeleiding gebeurt.
- Kinderen tot en met 12 jaar mogen onder begeleiding samen buiten sporten, deze kinderen zelf hoeven geen 1,5 meter afstand te houden.
- Jongeren van 13 tot en met 18 jaar mogen onder begeleiding buiten sporten met elkaar, maar dan met 1,5 meter afstand ertussen.
- Volwassenen mogen buiten sporten met elkaar met 1,5 meter afstand tussen elkaar.
- Het NOC\*NSF, de sportbonden en de Vereniging Sport en Gemeenten (VSG) hebben een algemeen sportprotocol opgesteld waarin staat hoe er veilig gesport kan worden volgens de richtlijnen van het RIVM.
- In navolging op het algemene protocol heeft de KNGU ook een aanvullend protocol ontwikkeld.

## Algemeen

- Kom alleen naar de sportaccommodatie als je training hebt;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training op de accommodatie;
- Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, verhoging (vanaf 38 C°);
- Blijf thuis als iemand in je huis koorts heeft (vanaf 38°) en/of benauwdheid;
- Schud geen handen;
- Neem allemaal je eigen gevulde bidon/fles mee en drink alleen daaruit;
- Ga voorafgaand aan de training thuis naar het toilet;
- Maak voor en na de training je handen schoon met de desinfecterende gel die bij het veld staat;
- Verlaat direct na het sporten de accommodatie;
- Iedereen moet zich thuis omkleden en douchen;
- De kantine, het terras, kleedkamers, douches en overige ruimtes zijn gesloten. Toiletten zijn enkel in uiterste nood beschikbaar, via de corona-coördinator;
- Volg altijd de aanwijzingen van de corona-coördinatoren en de lesgevers op.
- De trainingen zijn niet verplicht. Het is wel netjes om via de mail even af te melden als je niet komt (en handig voor een lesgever om te weten hoeveel kinderen er komen).
- Wie zich niet aan de regels houdt mag helaas niet langer deelnemen aan de trainingen.

### **Corona-coördinator Blauw-wit (eigenaar accommodatie)**

- Bij iedere training is er een corona-coördinator aanwezig. Hij/zij zorgt voor een juiste toepassing van de protocollen voor, tijdens en na de trainingen.
- Als getwijfeld wordt of een kind ziekteverschijnselen vertoont, kan de corona-coördinator de betreffende personen dringend adviseren om de sportaccommodatie te verlaten.
- De corona-coördinator zorgt ervoor dat er voldoende desinfecterende middelen voorhanden zijn om het gebruikte materiaal en handen schoon te maken na de training.
- De corona-coördinator ziet erop toe dat het materiaal na gebruik gedesinfecteerd wordt.

### **Richtlijnen KNGU**

- We houden ons aan de [aanvullende richtlijnen](#) van de KNGU;

### **Trainingstijden**

- Om drukte zoveel mogelijk te voorkomen en de trainingen veilig te houden, is het volgende rooster opgesteld:
  - Maandag
    - 16.00 - 16.45 uur - meisjes 6 en 7
    - 17.00 - 17.45 uur - meisjes 8 en 9
    - 17.00 - 17.45 uur - jongens 6, 7 en 8
    - 18.00 - 18.45 uur - meisjes 10, 11 en 12
    - 18.00 - 18.45 uur - jongens 9, 10, 11 en 12
  - Zaterdag
    - 10.00 - 10.45 - kleuters 4 en 5
    - 10.00 - 10.45 - meisjes 8 en 9
    - 11.00 - 11.45 - meisjes 6 en 7
    - 11.00 - 11.45 - meisjes 10, 11 en 12
    - 12.00 - 13.00 - meisjes 13 jaar en ouder

### **Leeftijdscategorie tot en met 12 jaar**

- Op het veld zijn maximaal (2x) 12 - 14 kinderen, een lesgever en assistent aanwezig;
- De kinderen hoeven geen 1,5 meter afstand van elkaar te houden;
- De lesgevers en assistenten houden anderhalve meter afstand ten opzichte van de kinderen en elkaar.

### **Leeftijdscategorie 13 tot en met 18 jaar**

- Op het veld zijn maximaal 12 - 14 kinderen, een lesgever en assistent aanwezig;
- De kinderen dienen voor, tijdens en na de trainingen 1,5 meter afstand van elkaar te houden;

### **Voor ALLE lesgevers en assistenten**

- Kom alleen als je gezond bent, houd je hierbij aan de regels van de overheid en meld je af als je niet kan komen;
- Laat kinderen niet eerder op het veld dan tien minuten voor aanvang van de training en laat ze direct na afloop vertrekken;
- Laat kinderen van de nieuwe groep pas op het veld als de vorige groep vertrokken is;
- Zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de training;
- Zorg dat onder toezicht van de corona-coördinator de sportmaterialen voor en na de training gedesinfecteerd worden;
- De lesgevers houden anderhalve meter afstand ten opzichte van de kinderen en elkaar. Leg dit als lesgever goed uit aan de kinderen.

**Voor lesgevers van de leeftijdscategorie 13 tot en met 18 jaar**

- Bereid je training goed voor met betrekking tot de 1,5 meter afstand die je moet garanderen;
- Zorg of controleer zelf of de benodigde materialen aanwezig zijn;
- Zorg dat er zo min mogelijk materialen gedeeld worden;
- Maak vooraf de regels aan de kinderen duidelijk, met name dat ze 1,5 meter afstand dienen te hanteren;
- Wanneer er geen lesgever beschikbaar is gaat de training niet door;

**Attributen en voorwerpen**

- Het sportmateriaal wordt voor en na iedere training gereinigd met desinfectiemiddel door lesgever of assistent;
- Blauw-Wit plaatst duidelijk zichtbaar de reinigingsmaterialen met desinfectiemiddel op en rond het complex. Deze gelden ook voor ons;

**Voor ouders/verzorgers**

- Reis alleen met je eigen kind(eren);
- Indien je kind(eren) gebracht moet(en) worden, breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportaccommodatie, liefst te voet of met de fiets en anders met de (liefst) eigen auto. Maak zo min mogelijk gebruik van openbaar vervoer;
- Als ouder/verzorger heb je geen toegang tot de sportaccommodatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van je kind(eren).
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training, liefst maximaal een paar minuten voor aanvang;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de vereniging, bijvoorbeeld van de lesgevers, assistenten en/of Corona-coördinatoren;
- Haal binnen 5 minuten na afloop van de training je kind(eren) op bij de sportaccommodatie. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.

Heb je vragen over dit protocol? Neem dan contact op met het bestuur: [info@twwilskracht.nl](mailto:info@twwilskracht.nl).