



Coronaprotocol WRSR

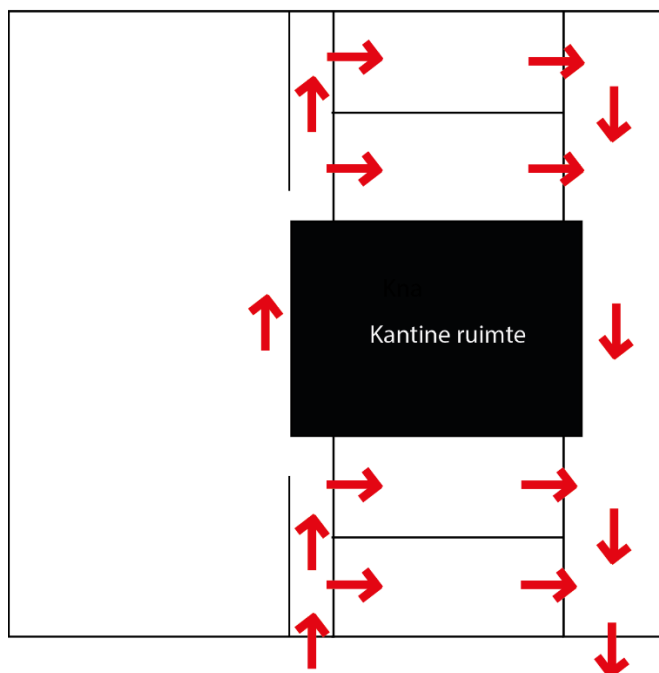
Algemene regels

- Bestudeer de basisregels: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19>
- Het afstand houden is een verantwoordelijkheid van sporters en begeleiders zelf.
- Geforceerd stemgebruik is niet toegestaan.
- Kleedkamer, gebruik toilet en douche:
 - Thuis omkleden en douchen.
 - Minimaliseer het kleedkamer- en toiletgebruik.
 - **Kleed thuis om en ga thuis naar het toilet.**
 - Laat geen spullen in de kleedkamer achter tijdens het sporten.
 - **Houdt de 1.5 meter in acht.**
- De trainer is ook coronaverantwoordelijke voor het zorgdragen en het naleven van de afspraken. Zonder coronaverantwoordelijke mag niet gesport worden. Sporten met meerdere trainers op verschillende dagen of bij afwezigheid moet er een andere coronaverantwoordelijke aanwezig zijn.
- De coronaverantwoordelijke (trainer) is bekend en bereikbaar (via telefoon). De trainer doet zijn of haar WRSR-shirt aan, zo is hij of zij goed herkenbaar.
- De trainer stuurt voor aanvang van het seizoen een corona-update naar de leden en wijst op eigen verantwoordelijkheid. Mochten het protocol wijzigen dan stelt de trainer zijn of haar leden hier weer van op de hoogte:
 - > bij klachten thuis blijven
 - > thuis douchen en omkleden
 - > geen kijkers, uitzondering: geïnteresseerde nieuwe leden, maar deze mogen gewoon meedoen
 - > ouders van kinderen die kinderen brengen en ophalen moeten buiten de sporthal blijven.
Uitzondering: Ouder- en kindgym.
 - > niet te vroeg komen.
- Hygiëne:
 - Voor en na de training dienen zowel de sporters en trainers hun handen te wassen of te desinfecteren. (de middelen worden uitgereikt aan de trainer).
 - De spelmateriaal (zoals rackets, sportballen etc.) dienen na elke training schoongemaakt en/of gedesinfecteerd te worden.
 - Gebruik zoveel mogelijk eigen materialen. Bij gebruik van gemeentelijke materialen extra aandacht voor desinfectie na de training.
 - Laat geen voorwerpen rondslingeren die mogelijk in vorige sessies zijn aangeraakt. Maak ze schoon en berg ze op.

- Organisatie
 - De WRSB moet bekend zijn met de identiteit van de sporters. Invullen van de presentielijst daarom belangrijk. Als deze niet (goed) wordt ingevuld, mag er van de gemeente niet meer gesport worden en moeten wij als WRSB een boete betalen. Leden die ondanks de aanwijzing toch met klachten in de hal komen, moeten terug naar huis gestuurd worden. Wel is het van belang om het lid noteren op de presentielijst.
 - Het is wenselijk dat we onze leden zo veel mogelijk in dezelfde groepssamenstelling laten sporten.
 - De trainer is op de hoogte van het protocol Verantwoord sporten: <https://nocnsf.nl/sportprotocol>
 - De trainer en leden mogen niet voor de gereserveerde tijd de sporthal betreden. Laat sporters bij voorkeur buiten wachten (met 'social distancing') en laat hen niet voor de gereserveerde tijd naar binnen.
 - De trainer informeert zelf de leden in zijn of haar groep en geeft indien nodig nog aanvullende instructies.

Specifieke regels Sporthal

- Gedurende het sporten 1.5 meter in acht nemen alleen voor sporters v/a 18 jaar **en voor niet-contactsporten** (Total Fit, Aeronetics, Ouder- en kindgym).
Let op: Ook voor en na het sporten moeten sporters v/a 18 jaar 1.5 meter in acht nemen.
- Voor contactsporten/teamsporten (zoals volleybal en basketbal) hoeft gedurende het sporten geen 1.5 meter in acht genomen te worden.
Let op: Voor en na het sporten moeten sporters v/a 18 jaar wel 1.5 meter in acht nemen.
- Ook moeten kinderen ouder dan 12 jaar 1,5 meter afstand tot hun begeleiders in acht nemen.
- De afstandsbeperking geldt ook niet in de ondersteuning van een gehandicapt persoon of vanwege veiligheid. Zo mogen trainers wel hulp verlenen ter noodzakelijke ondersteuning (vanwege de veiligheid) van uitoefening van de sport, mits het contact van korte duur is.
- Volg de looproute (gemarkeerd met pijlen in de hal)



Ook zijn de deuren van de kantine ruimte geopend. Hier mag ook doorheen gelopen worden.

- Maximaal aantal personen in de zaaldelen (voor niet-contactsporten Total Fit, Aeronetics en Ouder- en kindgym, Conditietraining?):
Zaaldeel 1 (bij ingang), 375m²: maximaal 84 personen (rekening houdend met 1.5 meter afstand)
Zaaldeel 2 (midden), 350m²: maximaal 84 personen (rekening houdend met 1.5 meter afstand)
Zaaldeel 3 (achter), 380m²: maximaal 84 personen (rekening houdend met 1.5 meter afstand)

Zaaldeel 1 + 3 hebben ook buitendeuren die open kunnen.

De bergingen hebben dauerlufters, maar sommigen zitten dicht en ze zijn allemaal zeer vervuild. We hebben dit doorgegeven aan de gemeente.

- De trainers (van de niet-contactsporten) informeren vooraf wie komt. Willen teveel leden komen dan moet een schema opgesteld worden.
- Toernooien zijn binnen en buiten toegestaan. Publiek hierbij, ook 1.5 meter afstand in acht nemen en max. 100 personen per ruimte.
- Ventilatie:
 Om voldoende verse lucht binnen te krijgen en te laten circuleren geldt het volgende:
 - **Voor contactsporten:**
 De deuren, nood(deuren) en ramen open laten tijdens het sporten en de tussenwanden niet gebruiken maar omhoog laten. Gebeurt dit niet dan is de ventilatie onvoldoende voor de middenzaal!
 - **Voor niet-contactsporten:**
 De deuren, nood(deuren) en ramen open laten tijdens het sporten en de tussenwanden zoveel mogelijk omhoog laten. Voor TotalFit en Aeronetics mogen de tussenwanden in verband met de muziek wel naar beneden. Na afloop van de training moeten de tussenwanden direct weer omhoog. Gebeurt dit niet dan is de ventilatie onvoldoende voor de middenzaal!
 - Let op sluiting van alle deuren en ramen na het sporten!

Specifieke regels Spiegelzaal Kulturhus

(Yoga, FIT+ en Streetdance)

- Gedurende het sporten 1.5 meter in acht nemen alleen voor sporters v/a 18 jaar en voor niet-contact sporten (yoga, FIT+ en Streetdance).
- Ook voor en na het sporten moeten sporters v/a 18 jaar wel 1.5 meter in acht nemen. Ook moeten kinderen ouder dan 12 jaar 1,5 meter afstand tot hun begeleiders in acht nemen.
- Bij de trappen en boven in het Kulturhus geldt een eenrichtingsverkeer. De brede trap is voor omhoog, de smalle steile trap voor omlaag.
- Er mogen 16 deelnemers in de zaal.
- De trainer informeert vooraf wie komt. Willen teveel leden komen dan moet een schema opgesteld worden.
- Ventilatie: de zaal wordt geventileerd met verse lucht van buiten. Dus dat is goed en is voldoende! Wel moet na afloop een half uur gelucht worden voordat de volgende groep erin mag.