

Aandachtspunten voor trainen van de jeugd (MTB) in de coronacrisis gebaseerd op de versoepeling corona-maatregelen dd 21.4. 2020 ingaande 29.4.2020

WV Alcmaria Victrix
Technische Commissie
Thorsten von Berswordt (0651500504)

Alkmaar 26.4.2020

Versie 1.5 (4.5.2020)

Inleiding:

in de eerste versoepeling wordt bepaald dat

- kinderen tot en met 12 jaar onder begeleiding en buiten weer mogen trainen zonder beperkingen
- kinderen van 13 tot en 18 jaar dat ook mogen maar daarbij dienen zij wel 1,5 meter afstand tot elkaar te bewaren

de versoepelingen gelden duidelijk niet voor:

- de trainers
- ouders en verzorgers
- openingen van kantines en of sanitaire inrichtingen
- alleen binnen bekende dan wel vergunde buitensport gebieden

Verder zijn naast de bovenstaande regels ook regels van

- KNWU
- NOC-NSF
- de plaatselijke gemeente
- de verantwoordelijke veiligheidsregio

mee te nemen in de bepalingen over hoe en wanneer de trainingen daadwerkelijk weer kunnen starten.

Daarboven willen en moeten we sowieso besmetting tussen de kinderen onderling alsmede besmetting via dan wel van de trainers / begeleiders zover mogelijk worden voorkomen.

Dit doen we door toepassing van het algemene Corona Protocol binnen de vereniging

Locatie:

Het MTB parcours rondom het Sportpaleis Alkmaar (Terborchlaan 200, Alkmaar)

Maatregelen:

Deelname bij ziekte verschijnselen:

Bij ziekte verschijnselen zoals (neus-)verkoudheid, hoesten en of koorts is geen deelname aan de trainingen mogelijk. Dat geldt zowel voor de kinderen als de trainers

Trainers:

De trainers hebben geen fysiek contact met de kinderen en dienen zelf wel ten allen tijden de 1,5m regel in acht te houden.

Alleen bij kleine ongelukken is er contact (pleister) en dat is ook duidelijk toegestaan door de RIVM regels.

Groepsindeling:

Ten tijde van de noodmaatregelen wordt afgestapt van de prestatiegroepen en een indeling conform de regelgeving nagestreefd, dat wil zeggen in leeftijdsgroepen tot en met 12 jaar en van 13 tot en met 18 jaar. Van deze regel kan gezien de 1,5m eis niet worden afgeweken!

De 2de groep (13 t/m 18) jaar kent een groepsgrote van maximaal 10 deelnemers. Bij meer deelnemers is de 1,5m regel nauwelijks nog handhaafbaar zeker dan als de kinderen op een rij moeten worden aangesproken voor uitleg van de oefeningen.

De kinderen worden door de trainers ingedeeld! De nieuwe groepsindeling zal via de nieuwsbrief en site kenbaar gemaakt worden.

LET OP: aanmelden is verplicht!

(zie ook de mededelingen daarover op de site en in de nieuwsbrief)

De kinderen zullen desnoods opnieuw over de dinsdag en woensdag (evt. ook donderdag) verdeelt worden als aan boven genoemde eis niet binnen de huidige groepen voldaan kan worden.

Het brengen van de kinderen:

- in principe komen de kinderen op eigen gelegenheid dus zonder begeleiding naar de trainingen.
- In dien het niet anders kan dan dienen de begeleiders / ouders de volgende procedures te volgen:
 - Kinderen worden een voor een bij het hek van het sportpaleis afgeleverd. Ouders / begeleiders mogen het terrein van het sportpaleis niet op!
 - Bij het ontstaan van een rij dienen de ouders met hun kinderen tussen groepen onderling 1,5 m afstand te houden. Indien mogelijk wachten de ouders met hun kinderen in de auto om lange rijen en of opstoppingen te voorkomen
 - De ouders / begeleiders verlaten meteen na het afleveren van de kinderen het terrein en waken zelf voor (onbedoelde) groepsvorming / samenscholing die op dat moment beboetbaar is!

Het halen van de kinderen:

- na de training verlaten de kinderen een voor een het terrein van het Sportpaleis, dat na aanleiding van de trainer.
- De ouders / begeleiders nemen hun kinderen in ontvangst en gaan zo snel mogelijk naar de auto om zo de doorstroming niet te belemmeren
- Ook bij deze procedure waken alle partijen voor een minimale afstand van 1,5 m

Ouders/begeleiders “langs de lijn” zijn niet toegestaan!

Ten allen tijden dienen de wijzigingen van de trainers direct opgevolgd te worden.

Wij zijn ons er terdege van bewust dat dit niet helemaal prettig zal aanvoelen maar vragen toch om begrip aangezien de trainingen anders wellicht alsnog opgeschort zullen moeten worden, hetgeen in niemands belang is.

Nieuwe tijden:

Om onnodig contact tussen de groepen kinderen te vermijden wordt de aanvangstijd van de 2de uren met een kwartier (15 minuten) verlaat.

Trainingsvormen:

- In de keuze van trainings- spelvormen dienen alle contact varianten vermeden te worden en vooral in lijn dan wel achter elkaar geoefend te worden. Gelukkig is dat bij mtb gemakkelijk te doen en zorgt alleen de fiets al voor een behoorlijke afstand.
- “gevaarlijke” programma’s worden tijdelijk gemeden gezien de nog steeds aanwezige druk op de ziekenhuizen alsmede de beperkte mogelijkheden tot hulp en assistentie van zijde de begeleiding.
- Opdrachten zullen vooral in de vorm van circuitopdrachten zijn die de kinderen na elkaar kunnen uitvoeren.

Corona begeleider:

Tijdens de trainingen worden de trainers bijgestaan door een coronabegeleider, te herkennen aan het gele hesje. De Corona begeleider helpt bij de uitvoer van alle regelgeving rondom de trainingen en zijn / haar aanwijzingen dienen dan ook strikt door ouders / kinderen te worden opgevolgd! Voor nu is Leonie Westbroek, 06-24738228, leoniewestbroek@hotmail.com aangesteld als begeleider.

Sancties:

Wij gaan er niet van uit maar we houden ons samen aan alle nieuwe regels om samen te mogen sporten en om samen verdere verspreiding van het corona virus tegen te gaan.

Mochten de ouders / begeleider en / of de kinderen zich onverhoopt en bij herhaling niet aan de regels en of aanwijzingen (kunnen / willen) houden dan zullen we tot uitsluiting van verdere trainingen moeten besluiten, dat om de mogelijkheid tot trainen voor de mede leden niet in gevaar te brengen. Corona is een ernstige zaak die we met respect zullen moeten behandelen. Voor diegenen die dit respect niet kunnen opbrengen is er, voorlopig althans, geen plaats!

Overige aandachtspunten:

- er zijn geen sanitaire voorzieningen beschikbaar aangezien de kantine en het sportpaleis zelf gesloten blijven. Het is dus zaak om de kinderen voor de training nog hun behoefte te laten doen en ietwat zuinig met drinken te zijn.
- Kinderen die niet zelfstandig aan de trainingen kunnen deelnemen moeten wellicht nog een tijdje wachten totdat verdere verruiming van de mogelijkheden directe hulp van de trainer weer mogelijk maakt.
- Materiaalpech kan niet door de trainer verholpen worden, het is dus zaak dat fietsen en helmen in goede conditie verkeren alvorens aan de training te beginnen.
- Voorlichting van trainers, ouders en kinderen doormiddel van de door NOC-NSF beschikbaar gestelde posters (dat doen we meteen zoada er tijd is om te wennen)
- EHBO Kist is aangevuld met handschoenen en desinfecteer middelen

Trainingschema

LET OP: nieuwe indeling en tijden!

De kinderen worden op naam ingedeeld

Dinsdag

18:00 – 19:00 Kinderen t/m 12 jaar

19:15 – 20:15 Jeugd van 13 t/m 18 jaar (nieuwe aanvangstijd)

Woensdag

17:30-18:30 Kinderen t/m 12 jaar

18:45-19:45 Jeugd van 13 t/m 18 jaar (nieuwe aanvangstijd)

Donderdag

19:30 – 21:00 Jeugd van 13 t/m 18 jaar