

Protocol voor baantraining seizoen 2020-2021

Gebaseerd op de versoepeling corona-maatregelen dd 1 juli 2020

Georganiseerd door: WV Alcmaria Victrix

Betrokken personen:

1. Algehele leiding: Fred de Groot.
2. Coördinator begeleider: Leonie Westbroek en vervanger.
3. EHBO coördinator: Tanja de Groot/Ellen Kers/en trainers
4. Actieve trainers: (KNWU 2) groep 1 en 2 :Gedion Everts, Remco Morsch, groep 3 :Marc Oostendorp/Matthé Pronk.
5. Assistentie/begeleiding/verzorging: René Pascha/Mats Dekker.
6. Gangmakers dery's

Aanvullende aandachtspunten naar aanleiding versoepeling gebruik binnen locaties voor sport.

Zie <https://nocnsf.nl/media/2669/nocnsf-protocol-verantwoord-sporten-v8.pdf>
bijlage 1 van dit document.

Verder zijn naast de bovenstaande de volgende regels van toepassing:

KNWU/NOC-NSF/de gemeente Alkmaar en de veiligheidsregio NHN mee te nemen in de bepalingen over hoe en wanneer de trainingen daadwerkelijk weer kunnen starten. AV wil eventuele besmetting tussen de kinderen onderling alsmede besmetting via dan wel van de trainers / begeleiders zover mogelijk, worden voorkomen.

Locatie:

De wielersbaan te Alkmaar.

Maatregelen voorkoming algemeen:

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/begeleiding/gangmakers. Er wordt een z.g. presentie lijst gehanteerd.

Trainers:/begeleiders:/gangmakers:

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

Groepsindelingen:

Maandagavonden: (jeugd)

- Groep 1: v/a 17:30 uur
- Groep 2: v/a 18:15 uur
- Groep 3: v/a 19:30 uur

Dinsdagavonden: (volwassenen)

- Deryngroep; v/a 19:30 uur

Het brengen en halen van de kinderen en andere zaken:

- In principe komen de kinderen op eigen gelegenheid dus zonder begeleiding naar de trainingen.
- Kinderen worden een voor een op het middenterrein van het stadion afgeleverd. Ouders/begeleiders nemen plaats op de tribune met in achtneming van de 1,5 m criteria.
- De ouders/begeleiders verlaten meteen na het afleveren van de kinderen het middenterrein en waken zelf voor (onbedoelde) groepsvorming/samensholing die op dat moment strafbaar is;
- Na de training verlaten de kinderen één voor één het middenterrein;
- **In de tunnel onder de baan, dient zoveel mogelijk rechts te worden gehouden.** (zie aangebrachte markeringen)
- De ouders/begeleiders nemen hun kinderen in ontvangst en gaan zo snel mogelijk naar de auto om zo de doorstroming bij de ingang het stadion niet te belemmeren;
- Ook bij deze bewegingen nemen alle partijen een minimale afstand van 1,5 m in acht.
- Financiële afhandelingen dienen per pintransactie te geschieden en zoveel mogelijk met een rittenkaart of jaarabonnement.

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

Te allen tijde dienen de aanwijzingen van de trainers en de corona coördinator ter plaatse direct te worden opgevolgd. Trainingen kunnen in belang van gezondheid etc. worden stopgezet of worden geannuleerd.

Aanvang trainingen en wijzigingen wordt via de groeps app gecommuniceerd en nieuwsbrief.

Trainingsvormen en aanvullende regels:

- In de keuze van trainings- spelvormen dienen alle contact varianten zoveel mogelijk vermeden te worden en vooral in lijn dan wel achter elkaar geoefend te worden.
- “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.
- Het geniet voorkeur dat het middenterrein leeg blijft ivm het overmatige stemgeluid van de aldaar trainende groepen, gedurende de baantrainingen.
- Indien er gemotoriseerde derny’s worden gebruikt is eveneens het gebruik van het middenterrein niet wenselijk ivm de uitlaatgassen en geluid.
- Het is zinvol achter de derny met niet meer dan 3 renners te rijden. Dit ivm de anders grotere fysieke inspanning van de laatste renners, indien deze groep groter is dan 3
- Verder zal zoveel mogelijk baandisciplines gedaan en getraind worden die passen binnen het protocol.
- De sporthal dient met grote regelmaat (door-)gelucht te worden, dit kan door deuren of ramen open te zetten tijdens, voor en na trainingen.
- Een ieder die binnen deze locatie komt dient geregistreerd te worden.

Overige aandachtspunten:

1. Voor sporters

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodwet is aangepast en van kracht is;
- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen; Als je positief getest bent en/of als je een huisgenoot of een nauw contact bent van een bewezen COVID-19-patiënt blijf dan ook thuis. Neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels in acht.
- sporters dienen zelf hun (gezondheids)risico te analyseren of zij zich op buiten en/of in de sportlocatie in groepen met anderen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts, de bedrijfsarts of je behandelend arts;
- tijdens het sporten dient waar mogelijk 1,5 meter afstand te worden gehouden, maar als dat een normale sportbeoefening in de weg staat mag de 1,5 meter afstand tijdelijk losgelaten worden;
- houd er als sporters rekening mee dat wanneer de wedstrijd/training klaar is, de sporter meetelt als publiek en 1,5 meter afstand dan moet aanhouden: tenzij je direct de locatie verlaat;
- voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 jaar en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamers en in de kantines;
- zorg ervoor dat je buiten de noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebt zoals bij het vieren van een overwinnings-moment en tijdens een wissel;
- vanaf 13 jaar: draag een mondkapje wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden;
- alle kleedkamers en douches van binnensport locaties kunnen per 1 juli opengesteld worden. Voor 18 jaar en ouder geldt hierbij de 1,5 meter afstand; (zie bijlage 1 AS)
- volg altijd de aanwijzingen zoals looproutes en instructies van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, buurtsportcoaches en bestuursleden;
- blijf zoveel mogelijk bij je trainingsgroep indien er meerdere trainingsgroepen op de sportlocatie actief zijn;
- gebruik zoveel mogelijk eigen materialen. Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen met water en zeep of reinigingsdoekjes;
- **geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan;**
- voor aanvang van de sportactiviteit kan er afhankelijk van de sportlocatie en hoeveelheid personen voor een gezondheidscheck een aantal vragen (over uw kind) worden gesteld over de huidige gezondheid.

2. Voor ouders/verzorgers en toeschouwers

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodwet is aangepast en van kracht is;
- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen; Neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels in acht;
- informeer je kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiding opvolgen;
- houd bij 18 jaar en ouder 1,5 meter afstand op en in de sportlocatie, de tribune, in de kantine etc;
- voor binnen gelden maximum aantallen van **100 toeschouwers** zonder reservering en gezondheidscheck, wel placeren (tenzij er sprake is van doorstroming van de toeschouwers);
- indien je op piekmomenten meer dan 100 toeschouwers verwacht, is het verplicht voor toeschouwers om vooraf te reserveren. Doe de gezondheidscheck en placeer de hele dag vanaf het moment van de opening van de accommodatie. Voor placeren geldt dat óf een vaste stoel wordt toegewezen óf een plek in de afgebakende vakken voor staanplaatsen;
- voor buiten gelden maximum aantallen van 250 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, zonder placering;
- indien je op piekmomenten meer dan 250 toeschouwers verwacht, is het verplicht voor toeschouwers om vooraf te reserveren. Doe de gezondheidscheck en placeer de hele dag vanaf het moment van de opening van de accommodatie. Voor placeren geldt dat óf een vaste stoel wordt toegewezen óf een plek in de afgebakende vakken voor staanplaatsen;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, begeleiders en bestuursleden;
- voor aanvang van de sportactiviteit kan er voor een gezondheidscheck een aantal vragen over uw kind worden gesteld, zie hier een overzicht van de vragen;
- geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan;
- draag een mondkapje vanaf 13 jaar en ouder wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden.

Toelichting: Vervoer gevallen renner naar ziekenhuis etc.

Het is aan de trainer en begeleider om de hierboven opgenoemde voorbeelden een passende actie te ondernemen. De één is dringender aanwezig als de ander. Bij een valpartij zal de aanwezige EHBO-er dit inschatten. Bij jeugd heeft het voorkeur dat in overleg de aanwezige ouder eventueel daarop assistentie verleend op aanwijzing van EHBO-er. EHBO, Oranje Kruis raadt mensen ouder dan 50 jaar aan altijd op afstand te blijven.

<https://www.rodekruis.nl/nieuwsbericht/ehbo-verlenen-tijdens-corona/>

namens:

Het bestuur van Alcmaria-Victrix

Bijlage 1:



Binnensport accommodaties Alkmaarsport

*Versie 29 juni,
NOC*NSF, VSG en Gemeente Alkmaar.*

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 je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- Blijft thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden(uitzondering voor kinderen tot en met 18 jaar);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- 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;
- 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;
- Schud geen handen;
- Kom niet eerder dan **10 minuten** voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.
- De sportruimtes zijn is alleen toegankelijk voor de sporters en begeleiders.

Routing:

- Hoofdingang van de accommodaties wordt gebruikt als entree en uitgang. Bezoekers geven elkaar hierbij 1.5m ruimte.
- Alle deuren van de openbare ruimtes (behalve de in- en uitgang) staan open.
- Bij het verplaatsen door het gebouw houdt men 1,5 meter afstand.
- Alleen sporters en begeleiders hebben toegang tot de sportruimte. De sporters kunnen wanneer nodig afgezet bij de deur van de sportruimte.

Hygiëne protocol:

- Wij raden aan regelmatig de handen te wassen.
- Deuren naar de sportzalen blijven zoveel mogelijk gesloten. Hierdoor werkt de luchtventilatie systemen optimaal.
- Vereniging is verantwoordelijk voor het desinfecteren van de sport attributen en de entree van hun gehuurde ruimte.
- Vaste kleedkamers zijn geopend waar alle sporters zich kunnen omkleden hier houdt men 1.5m ruimte. **Toiletten en douches in de kleed gesloten en kunnen niet worden gebruikt.** Tassen worden meegenomen naar de sportzaal.
- Alleen openbare toiletten op begane grond zijn geopend. Deze worden dagelijks schoongemaakt.
- De gebruikers kunnen de toiletten voor gebruik zelf schoonmaken met de aanwezige middelen.

Gebruik accommodaties:

- Verenigingen hebben alleen toegang tot de accommodatie op de afgesproken gebruikstijden. Deze kunnen ingepland worden met afdeling verhuur (verhuur@alkmaarsport.nl).
- Afdeling verhuur maakt de indeling zodat de verenigingen elkaar niet kruizen. Dit wordt in overleg ingepland.
- Er wordt toezicht gehouden op de naleving van de in achtname van de tijdsloten door de vereniging.

Handhaving/ Toezicht:

- Vereniging heeft per gehuurde ruimte een corona verantwoordelijke aanwezig.
- De Vereniging hanteert het sport specifieke advies wat hun bond heeft voor geschreven om te kunnen sporten.
- De vereniging, bond, trainers en sportartsen zijn medeverantwoordelijk voor naleving van de regels
- Locatie manager Roy Lennings is voor de vereniging corona aanspreekpunt voor De Meent.