

# VERENIGINGSPROTOCOL COVID-19 ESSV ALCEDO

15-05-2020

1. De maatregelen van het NOC\*NSF, de KNSB en de gemeente Rotterdam zijn leidend.
2. Voorlopig zullen er alleen droogtrainingen aangeboden worden, skeeleren en fietsen in verenigingsverband wordt nog niet verstandig geacht.
3. De droogtraining zal plaatsvinden op het parkeerterrein bij metrostation Kralingse Zoom, deze locatie biedt genoeg ruimte om de 1,5 meter afstand te kunnen garanderen. Zorg dat je omgekleed naar de training komt en van te voren naar het toilet bent geweest.
4. Was vooraf en achteraf je handen thuis en neem indien mogelijk desinfectiemiddel mee om je handen schoon te houden. Ook zal er desinfectiemiddel tijdens de trainingen aanwezig zijn.
5. Kom alleen naar de droogtraining toe en zet niet je fiets naast die van iemand anders neer. Als je onderweg andere leden tegen komt, is het niet de bedoeling samen verder te fietsen naar de training! Probeer je eigen vervoer te regelen en het Openbaar Vervoer te vermijden. Zorg dat je niet meer dan 5 minuten van tevoren bij de training aanwezig bent.
6. Alle oefeningen zullen op ten minste 1,5 meter worden uitgevoerd. Dit zal aangegeven worden op de grond door middel van vakken. Iedereen dient zich hieraan te houden.
7. Ga bij aankomst meteen naar het toegewezen vak toe om zo de 1,5 meter te kunnen garanderen naar iedereen die meedoet.
8. Alle oefeningen zullen voorlopig nog plaatsvinden zonder materiaal.
9. Om de 1,5 meter te garanderen is er een maximum afgesproken van 20 deelnemers inclusief trainers. De groep zal worden opgedeeld in twee groepen die aan weerszijden van de parkeerplaats zullen trainen.
10. Om de trainers de mogelijkheid te geven zich goed voor te bereiden en te zorgen dat het maximumaantal deelnemers niet wordt overschreden, dienen leden die mee willen doen met de training zich op te geven via de website. Als je je niet aanmeldt, kun je dus ook niet meedoen aan de training!
11. Zorg voor eigen drinken, eten en eventuele handdoek.
12. Wanneer de training afgelopen is, dien je direct het terrein te verlaten en in je eentje naar huis te fietsen.
13. Het is helaas organisatorisch niet mogelijk de training via een liveverbinding mee te doen. Er zal wel elke week een trainingsschema online gezet worden, zodat thuis oefeningen gedaan kunnen worden als je niet in staat bent naar de trainingen te komen.
14. De geldende maatregelen dienen in acht genomen te worden:
  - Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
  - Bij verkoudheidsklachten blijf je thuis
  - Als een huisgenoot benauwdheid/koorts/Corona heeft, blijf je thuis
  - Was vaak je handen
  - Zorg dat je bidon duidelijk gemarkeerd is
  - Houd 1,5 meter afstand
  - Gebruik je gezond verstand

***Mochten deze maatregelen niet serieus genomen worden, hebben het bestuur en de trainers het recht de overtreder van de training te verwijderen.***