

Protocol Zwemclub De Honte voor hervatten sportactiviteiten 30 april 2021 (met name verantwoord zwemmen).

Inhoud:

1. Inleiding
 2. Uitgangspunten
 3. Praktische uitwerking
-

1. Inleiding

Dit protocol is ontwikkeld naar aanleiding van de herstart van sport in de corona-crisis en geldt met ingang van vrijdag 30 april. Vanaf deze datum mogen alle leden, onder begeleiding van trainers weer samen zwemmen en trainen in **Zwembad De Honte te Kloosterzande Emmastraat 19 4587 BL Kloosterzande**.

Het protocol heeft als doel om de opstart van de sport vooral veilig te laten plaatsvinden.

Dit protocol is van toepassing op alle sporters en afdelingen van ZC De Honte. ZC De Honte heeft meerdere afdelingen die allen actief zijn in het zwembad:

- Wedstrijdzwemmen (minioren/junioren/jeugd/senioren)

Het Coronaprotocol van de gemeente Hulst voor zwembad De Honte is leidend. Het overzicht met geplande trainingstijden per afdeling is leidend voor wanneer trainingen kunnen plaatsvinden.

Dit protocol is gebaseerd op: "Protocol Verantwoord Zwemmen" van #WaterVrij (samenwerking tussen de Koninklijke Nederlandse Zwem Bond (KNZB), Nationale Raad Zwemveiligheid (NRZ), Reddingsbrigade Nederland en Vereniging Werkgevers in Zwembaden en Zwemscholen (WiZZ) (versie 3.0 van 11 maart 2021)

[Protocol-Verantwoord-Zwemmen-versie-3.0.pdf \(water-vrij.nl\)](#)

2. Uitgangspunten

- Normen RIVM
- Normen Gemeente Hulst inzake hervatten sportactiviteiten
- AVG en UAVG.
- Protocol Zwemclub de Honte en Start Gemeenschap de Marlijn voor hervatten sportactiviteiten.
- "Protocol Verantwoord Zwemmen (zie onder 1. Inleiding)
- Aanspreekpunt voor Zwemclub De Honte in het kader van dit protocol is Bart Seij (zcdehonte@hotmail.com / 06 46538007).

Basisregels:

- Gebruik je gezond verstand en kom richtlijnen en instructies na
- Geen training bij neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts
- Geen training bij iemand uit huishouden met koorts (>38 graden C) en/of benauwdheidsklachten. Als iedereen 24 uur klachtenvrij is, dan mag er weer gesport worden bij de zwemclub.
- Geen training als je zelf positieve test op COVID-19 hebt in afgelopen 7 dagen.
- Geen training bij positieve test op COVID-19 in het huishouden, dan 14 dagen na laatste contact met die persoon thuis blijven.

- Ga direct naar huis als je tijdens de training last krijgt van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Iedereen houdt 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten het eigen huishouden (uitzondering voor jeugdleden tot en met 12 jaar).
- Hoest en nies in de ellenboog; gebruik waar nodig papieren zakdoekjes.
- Gezicht aanraken vermijden.
- Geen handen schudden.

Overige regels:

- Voor vertrek naar de training thuis naar de wc gaan.
- Voor vertrek naar en bij thuiskomst van training thuis handen wassen met water en zeep, minimaal 20 seconden.
- Was je handen met water en zeep na aanraken van objecten waar veel mensen aanzitten, na wc-bezoek, na hoesten of niezen in de handen en na snuiten van de neus.
- Niet eerder dan **10 minuten** voor de training aanwezig zijn, direct na de training naar huis, dus niet blijven plakken.
- Kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de training.
- Leden vanaf 13 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot elkaar en tot de trainers
- Trainers houden 1,5 meter afstand tot leden en mede-trainers.
- Er worden geen toeschouwers/ ouders toegelaten tot zwembad/ training.
- Neem je eigen, gevulde bidon mee om uit te drinken.
- **Thuis omkleden, je zwemkleding onder je gewone kleding aantrekken.**
- Wc wordt alleen in uitzonderlijke gevallen gebruikt.
- Leden nemen hun eigen materialen mee (plankjes, zoomers, paddles, etc.)

We hanteren de volgende afspraken/normen:

- Per training een corona-coördinator. Diegene is aanspreekpunt.
- Per training corona-verantwoordelijken, herkenbaar met bijvoorbeeld een hesje.
- Trainers, corona-coördinator en corona-verantwoordelijken moeten ouders en leden aanspreken op eventueel niet naleven van de regels.
- Vooraf worden de regels duidelijk gemaakt.
- Bij de training zijn des infectie-middelen aanwezig. Leden en trainers worden gestimuleerd om hier regelmatig gebruik van te maken.

3. Praktische uitwerking

Dinsdagen:

Mei: 11, 18, 25

Juni: 01, 08, 15, 22, 29

Juli: 06, 13, 20

Aug: 24, 31

Sept: 07

19.10-20.10 uur: leden tot en met 17 jaar.

20.00-20.10 uur: omkleden 2^e groep

20.10-21.10 uur: leden vanaf 18 jaar.

Vrijdagen:

April: 30

Mei: 07, 14, 21, 28

Juni: 04, 11, 18, 25

Juli: 02, 09, 16, 23

Aug.: 27

Sept: 03

19.10-20.10 uur: leden tot en met 17 jaar.

20.00-20.10 uur: omkleeden 2^e groep

20.10-21.10 uur: leden vanaf 18 jaar.

Doelgroep

Zwemclub De Honte biedt deze trainingen aan voor haar leden en leden van de Startgemeenschap De Marlijn (voor leden van zwemclub De Honte en zwemclub Koewacht). Gezien de capaciteit van het beschikbare badwater en beschikbare trainers kunnen wij dit niet aanbieden aan niet-leden. Niet-leden kunnen wel gebruik maken van de regeling dat je twee keer mag deelnemen aan een training, voor je besluit lid te worden.

Aanmelden:

Aanmelden dient vooraf te gebeuren via mail zcdehonte@hotmail.com bij aanmelden ook gsm-nummer van ouder/verzorger van de sporter jonger dan 18 jaar doorgeven.

Trainingen op dinsdag uiterlijke opgave maandag 19.00 uur en trainingen op vrijdag uiterlijk donderdag 19.00 uur.

Niet aanmelden en dus geen bevestiging gehad is helaas geen toegang tot zwembad.

Trainingslocatie

De zwemtrainingen vinden vanaf 30 april 2021 onder begeleiding van de trainers in zwembad De Honte te Kloosterzande plaats. Alleen deelnemers en trainers betreden het zwembad, toeschouwers zijn niet welkom. Bij de ingang staat een corona-verantwoordelijke, die inkomende en uitgaande deelnemers noteert aan de hand van de aanmeldingen.

Toezicht

De trainers, corona-coördinator en corona-verantwoordelijken houden toezicht op het handhaven van de regels en kunnen indien nodig actie nemen. De trainer, corona-coördinator of corona-verantwoordelijke is te herkennen aan zijn/haar kleding van Zwemclub De Honte of Startgemeenschap De Marlijn, of een felgekleurd hesje. Bij het niet naleven van de regels zal de trainer, corona-coördinator of de corona-verantwoordelijke een waarschuwing geven aan het lid. Mocht deze niet opgevolgd worden, dan wordt het lid verzocht direct het zwembad te verlaten. Deelname aan een volgende training is dan alleen mogelijk, nadat het lid (en bij leden tot 18 jaar de ouders/verzorgers) hiervoor toestemming heeft gekregen van trainer/ bestuur.

In de accommodatie

- Sporters wordt gevraagd om altijd de aanwijzingen van het personeel, de corona-coördinator, corona-verantwoordelijke en trainers op te volgen.

- Ouders, verzorgers, toeschouwers of niet-essentiële stafleden en niet essentiële zwembadmedewerkers hebben geen toegang tot de accommodatie.
- Sporters worden niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van het sporten op de accommodatie toegelaten. (dus blijf wachten in auto)
- Aanwezig in de sportaccommodatie wordt gevraagd altijd tenminste 1,5 meter afstand van elkaar houden. (gebruik je gezond verstand)
- Sporters mogen geen gebruik maken van douches.
- Kleedhokjes mogen wel gebruikt worden na de training.
- Beperken van toiletgebruik. Gebruik de beschikbare ontsmettingsmiddelen voor en na gebruik van het toilet.
- De sporters gebruiken alleen eigen sportmaterialen en zijn de enigen die deze materialen aanraken.
- Er worden geen activiteiten verricht die fysiek contact vereisen.

Na de training

- Geen gebruik maken van douches en gebruik van overige ruimten in de accommodatie.
- Kleedhokjes mag wel.
- Sporters verlaten direct na het sporten/ aankleden de accommodatie via de aangewezen uitgang en gaan direct naar huis.
- Sporters wordt gevraagd bij thuiskomst handen te wassen met water en zeep.

Activiteiten in het zwembad

- Vooraf worden deelnemers geïnformeerd aan welke trainingen ze kunnen deelnemen
- Slechts activiteiten die passen binnen de gestelde beperkende maatregelen zijn toegestaan.
- Voor leden tot en met 26 jaar geldt het handhaven van de 1,5 meter afstand niet in het water.
- Deelnemers worden verzocht om in badkleding, onder de normale kleding te komen
- Deelnemers kleden zich uit op de aangeduide plaats en gaan vervolgens direct op de aangegeven wijze naar de plek waar de groepsactiviteit plaatsvindt.
- Deelnemers houden 1,5 meter afstand van elkaar en de medewerkers.
- De toezichthouder/instructeur/trainer blijft altijd op een afstand van 1,5 meter van de zwemmers vanaf de kant
- **Gebruik van lijnen in water verplicht.**
Zodat de 4 banen apart gemarkeerd zijn.
- Zwemmers 27 jaar en ouder dienen onderlinge afstand te bewaren. (1.5 mtr.) en met maximaal 4 personen.
- Ouder/verzorger/begeleiders hebben geen toegang tot de trainingslocaties.
- Volg de aangegeven route in het complex.
- Zet je tas op een aangewezen plaats. Daar doe je je gewone kleding uit en leg deze in je tas. Maak je klaar voor de training bij je tas (dus eventuele badmuts en zwembrillette op).
- Wacht op sein tot je naar het zwembad mag.. Volg daarna de instructies van de trainers, corona-verantwoordelijke of corona-coördinator.
- Na de training verlaat je het water en haal je je tas. Omkleden mag in kleedhokjes.
- Volg de aangegeven route naar de uitgang.
- Ga direct na de training naar huis.

Looproute/ plattegrond zwembad De Honte.

