

## Protocol verantwoorde atletieksport 1 mei 2020

### Atletiek in de 1,5 meter samenleving.

Dit protocol voor de atletiek is gebaseerd op het concept protocol van de Atletiekunie van 24 april j.l. We vragen onze trainers, atleten en ouders/verzorgers de richtlijnen uit dit protocol strak op te volgen in het belang van de volksgezondheid. Wij zetten ons in om de sport weer op een verantwoorde wijze te heropenen. Kernpunt hierin is dat de veiligheid en gezondheid van iedere deelnemende atleet, vrijwilliger en trainer gewaarborgd is.

**Social distancing** vormt hierin de basis: zorgen voor een veilige afstand van ten minste 1,5 meter (met uitzondering van de leeftijdsgroep t/m 12 jaar) en zorgen dat er geen fysiek contact plaatsvindt. Daarnaast worden aanvullende hygiënemaatregelen getroffen en wordt de bezoekersstroom strak gereguleerd.

#### Fase 1

Wij willen gefaseerd toewerken naar een reguliere situatie om op een verantwoorde wijze open te gaan. Met voortschrijdend inzicht wordt het protocol tijdens de looptijd van de verschillende fasen aangepast en aangescherpt.

- De huidige, algemeen geldende coronamaatregelen, zijn tot en met 20 mei 2020 verlengd. De versoepelde maatregelen van fase 1 houden in dat per woensdag 29 april:
- Kinderen tot en met 12 jaar onder begeleiding buiten mogen trainen waarbij de anderhalve metermaatregel niet geldt;
- Voor jongeren van 13 tot en met 18 jaar geldt hetzelfde maar mét inachtneming van de 1,5-metermaatregel;
- De regeling voor topsporters valt buiten dit protocol.

#### **Algemeen:** (geldt óók voor trainers en ouders)

- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoest, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten totdat iedereen weer volledig hersteld is.
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar).
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag de atleet weer sporten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus (COVID19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact.
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
  - Ga voordat je naar de club vertrekt, thuis naar het toilet.
- Was voorafgaand aan je training je handen met zeep of desinfectans, minimaal 20 seconden.
- Was de handen met zeep of desinfectans als je handen vuil zijn; na het aanraken van objecten waar veel mensen aanzitten; na een toiletbezoek; na hoesten, niezen in de handen; na snuiten vd neus.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.

- Wanneer trainers of begeleiders vaak moeten ingrijpen bij een atleet en daardoor de veiligheid niet kunnen garanderen, kan de trainer en/of het bestuur besluiten om de atleet de toegang tot de sportaccommodatie en/of de training te weigeren.

#### **Maatregelen voor atleten:**

- We gaan ervan uit dat je komt trainen. Zo niet, meld je dan minimaal 48 uur vóór de training af bij je hoofdtrainer, zodat de club rekening kan houden met de toestroom.
- Kom alleen wanneer er voor jou een training gepland staat.
- Reis alleen of kom met personen uit jouw huishouden.
- Kom zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportaccommodatie via ingang grote parkeerterrein. Ingang via Kalverstraat is niet toegestaan voor THOR-atleten.
- Kom in sportkleding naar de club. De kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen op de accommodatie.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training naar de club.
- Volg altijd de aanwijzingen van trainers, begeleiders en bestuursleden op.
- De materialenberging is verboden terrein voor atleten.
- Houd 1,5 meter afstand tot de andere atleten en de trainers. Atleten tot en met 12 jaar hoeven onderling geen 1,5 meter afstand te houden.
- Gebruik zoveel mogelijk eigen materialen of desinfecteer de materialen voordat iemand anders ze gebruikt. Wij zorgen voor de schoonmaakspullen.
- Gebruik alleen je eigen bidon om uit te drinken.
- Verlaat direct na de training de accommodatie.

#### **Maatregelen voor ouders/verzorgers:**

- We gaan ervan uit dat uw kind komt trainen. Zo niet, meld dan minimaal 48 uur vóór de training af bij de hoofdtrainer, zodat de club rekening kan houden met de toestroom.
- Reis alleen met uw eigen kind(eren) of kom met personen uit uw huishouden.
- Breng uw kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de club.
- Zorg dat uw kind(eren) in sportkleding naar de club komen. De kleedkamers zijn gesloten. Douchen op de accommodatie is niet mogelijk.
- Eventueel tassen en jassen:
  - pupillen kunnen die onder een speciale tafel buiten bij 't Witte honk leggen.
  - junioren leggen hun spullen op de tribune op minimaal 1,5 meter afstand.
- Als ouder heeft u geen toegang tot de sportaccommodatie. Afzetten - Kiss+ride - in de speciale sector voor THOR op het grote parkeerterrein via ingang grote parkeerterrein. Daar wacht de toezichthouder (THOR) uw kind op. Ingang via Kalverstraat is niet toegestaan voor THOR-atleten.
- Breng uw kind niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training.
- Volg altijd de aanwijzingen van trainers, begeleiders en bestuursleden op.
- Haal direct na de training uw kinderen op. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.

#### **Maatregelen voor trainers:**

- Bereid je training goed voor en zorg voor oefeningen/spelvormen waarbij de 1,5 meter onderlinge afstand bij de junioren gegarandeerd blijft.

- Kom zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportaccommodatie.
- Zorg dat de training klaar staat als de atleten de accommodatie betreden zodat je gelijk kunt beginnen. Zet/leg dus zelf alle materialen gereed en ruim ze na afloop weer op.
- Zorg dat er in de leeftijdsgroep 13 tot en met 18 jaar zo min mogelijk materialen gedeeld worden.
- De pupillen gebruiken materialen die apart gehouden worden voor deze groep.
- Na iedere training worden de gebruikte materialen gedesinfecteerd.
- De baanattributen als bv. hark van de verspringbak worden alleen gebruikt door de trainers.
- Junioren verzamelen op de tribune in de speciaal aangegeven sectoren.
- Er mogen geen toeschouwers zijn bij de training
- Toiletgang van de atleet kan alleen met toestemming van de trainer of de toezichthouder. Maximaal 1 persoon heeft toegang per toiletgroep.

#### **Hygiëne:**

- Op aangewezen plekken op de accommodatie bevinden zich desinfectiemiddelen voor atleten en trainers.
- In het toilet worden papieren handdoekjes gebruikt en worden de prullenbakken een aantal keren per dag geleegd.
- Extra schoonmaak: deurknoppen en andere handcontactpunten worden een paar keer per dag gereinigd.
- De toiletten worden een paar keer per dag schoongemaakt. Er hangt een aftekenlijst op het toilet.
- Materialen worden na afloop gedesinfecteerd.

#### **Algemeen:**

- Er mag alleen buiten gesport worden op de accommodatie en alleen atleten t/m 18 jaar mogen trainingen volgen.
- Mensen die niet komen trainen of geen rol hebben in de organisatie van die training zijn niet welkom op de accommodatie.
- Het terras en de kantine zijn gesloten naast overige ruimtes als douches, kleedruimtes en krachtruimtes. De toiletten zijn wel bereikbaar.
- Zowel in 't Witte honk als in de wedstrijdtoeren en materialenberging is een EHBO-kit voorhanden. Ice packs liggen in de koeling in de wedstrijdtoeren.
  
- Er is steeds een bestuurslid of lid van de technische commissie aanwezig die verantwoordelijk is voor de naleving van dit protocol. Verder is er altijd een toezichthouder aanwezig om toe te zien op de naleving van dit protocol en spreekt mensen aan op overtredingen.