



# Coronaprotocol Ritola Zwemmen en Waterpolo

UPDATE: Versie 1.5 - 17 oktober 2020

Afgelopen dinsdag heeft de overheid aangepaste maatregelen aangekondigd vanwege de toename van het aantal Corona besmettingen overal in het land voor de komende 4 weken. Bestuur en TC's hebben ondertussen overleg gehad met Aqualaren en de onderstaande aanpassingen gaan dan ook per direct in.

We zijn blij dat we nog kunnen sporten, daarbij is het resultaat iets minder belangrijk. Gezondheid staat voorop en samen zorgen we ervoor dat we veilig kunnen blijven sporten!

## De waterpolocompetitie is tijdelijk stopgezet

- Binnen de sport zijn competitiewedstrijden niet toegestaan. Dit betekent dat de wedstrijden binnen de huidige competitie van 15 oktober tot en met 08-11-2020 voorlopig worden uitgesteld.
- Vooralsnog zal een vervolg van de competitie plaats gaan vinden vanaf het weekend 14 en 15 november. Uiteraard is dit afhankelijk van hoe de situatie zich ontwikkelt en welke besluiten door de regering genomen gaan worden.
- Alle competities gaan dus verder met de reeds geplande wedstrijden vanaf 14 november. De uitgestelde wedstrijden van de komende 4 weken worden dus niet opgeschoven.

## Aanpassingen bovenop de eerdere regels tijdens de activiteiten van Ritola

- Per zwembad mogen (exclusief personeel) maximaal 30 personen zich bevinden in het bad. Wij hebben als bestuur en met het zwembad echter besloten aan de veilige kant te gaan zitten met 2 personen per baan en dus **10** per zwemtraining op de waterpolo-uren (op woensdagavond 21:15 uur - 22:15 uur en vrijdagavond 20:00 uur - 21:00 uur). In principe duren deze trainingen een uur tenzij er veel aanmeldingen zijn dan kunnen we de trainingen opdelen in 2 delen van 30 minuten. Hierbij zorgen we ervoor dat de eerste 10 personen niet binnen de 1,5 meter van de tweede groep komen.
- Voor de andere disciplines binnen Ritola zijn er geen wijzigingen in de invulling van de training / lessen.



- Kinderen en jongeren tot en met 17 jaar hoeven tijdens het sporten onderling geen 1,5 meter afstand te houden. Maar er worden geen wedstrijden gespeeld. En kinderen met klachten blijven thuis.
- Publiek bij sport is niet toegestaan.
- Sportkantine **en douches** zijn dicht. Kleedkamers kunnen wel gebruikt worden, mits er 1,5 meter afstand wordt gehouden.
- Waterpolo trainingen worden zwemtrainingen voor maximaal 10 vooraf ingeschreven personen (de link naar het open aanmeldbestand wordt gedeeld in de groepsapps van heren 1 en heren 2).

## Symptomen van Corona - blij thuis!

Heb je klachten zoals: verkoudheidsklachten, neusverkouden, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, verhoging of koorts of plotseling verlies van reuk of smaak. Blijf thuis en laat je testen. Er vindt een gezondheidscheck plaats voor aanvang van de training of wedstrijd.

## Als een sporter positief wordt getest op het virus:

- Gaat de betreffende sporter in quarantaine en volgt het advies van de GGD op, o.a. hoe lang hij in quarantaine moet blijven (uitgangspunt is 10 dagen):
- De sporter informeert direct de trainer, die vervolgens de CoCo (Corona Coördinator) informeert.
- De GGD doet vervolgens een bron- en contactonderzoek en zal bepalen welke vervolgstappen worden genomen en welke maatregelen van toepassing zijn.
- N.a.v. dit onderzoek kan de GGD contact opnemen met de andere groepsleden; neem bij twijfel zelf contact op met de GGD.
- De sporter neemt contact op met de huisarts als de klachten ernstiger van aard worden.

## Begeleiders & ouders

Ouders mogen helaas door de corona-maatregelen niet blijven kijken in het zwembad. De kinderen wordt gevraagd zoveel mogelijk in zwemkleding naar het zwembad te komen, met daaroverheen warmere kleding. Ouders mogen de kinderen afleveren bij de instructeur / trainer en daarna het bad verlaten. 3 minuten voor het einde van de training mogen de ouders weer naar binnen om de kinderen op te vangen en te begeleiden bij het omkleden om vervolgens direct daarna de accommodatie te verlaten.



## Route in het zwembad

Bij binnenkomst in de entreehal van het zwembad moet gebruik worden gemaakt van de ontsmettings zuil. De route in het zwembad is duidelijk aangegeven met linten. Hou hierbij steeds 1,5 meter tot andere mensen aan. Volg daarnaast ten allen tijde de aanwijzingen van het personeel op. Zwembad Aqualaren volgt het protocol van de NRZ.

## Kleedhokjes i.p.v. grote kleedkamers

Er zijn twee kleedkamers in Aqualaren in Zuidlaren. Deze worden niet gebruikt. Alle spelers dienen zich om te kleden in de kleinere eenpersoonskleedhokjes. De kleding incl. schoeisel moet mee de zwemzaal in. Dit zodat de kleedhokjes beschikbaar blijven en steeds gereinigd kunnen worden.

## 1,5 meter afstand op kant

Voorafgaand 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 kantine (die voorlopig gesloten is). Vanaf 13 jaar moet men 1.5m houden bij volwassenen vanaf 18 jaar, bij jeugd t/m 17 jaar onder elkaar is dat niet nodig. Schreeuwen en spreekkoren zijn niet toegestaan.

## Regels tijdens het sporten

- Volwassenen houden ten allen tijde 1,5 meter afstand van elkaar.
- Gedurende trainingen is het niet toegestaan om geforceerd de stem te gebruiken.

## Aanwezigheidsadministratie

We moeten weten wie waar op welk moment was. We houden om deze reden presentielijsten bij tijdens onze activiteiten.

## Douches gesloten

Na trainingen moeten we ons direct afdrogen en omkleden in kleedhokjes om vervolgens het zwembad zo spoedig als mogelijk te verlaten



## Kantine gesloten

De kantine van zwembad Aqualaren is vanaf 29 september 2020 tot nadere order gesloten. Sporters dienen direct na de sportactiviteit de accommodatie te verlaten.

## Geen publiek toegestaan

Sinds 28 september 2020 zijn er geen toeschouwers toegestaan bij sportactiviteiten.

## Coordinator Coronaprotocol (CoCo)

De volgende personen zijn toezichthouder van het coronaprotocol:

- Corona Coördinator: Pim Busker - [voorzitter@ritola.org](mailto:voorzitter@ritola.org) - 06-43966095
  - Namens Waterpolo Heren 1: Jean-Paul Taffijn
  - Namens Waterpolo Heren 2: Ruben Baar
  - Namens Zwemmend redden & recreatief: Rob Spreen
  - Namens Aangepast zwemmen: Annita Vroom

Daarnaast verwachten we van onze leden dat ze elkaar aanspreken op de regels indien dit nodig mocht zijn

## Veelgestelde vragen:

Wanneer we vragen krijgen zullen we deze in dit protocol op deze plek beantwoorden.

## Verder lezen:

Dit protocol is samengesteld aan de hand van de volgende bronnen:

- Protocol verantwoord sporten NOC NSF - <https://nocnsf.nl/sportprotocol>
- Corona wedstrijdprotocol waterpolo en waterbasketbal - [https://www.knzb.nl/vereniging\\_wedstrijdsport/wedstrijdsport/coronaprotocol\\_wedstrijdsport/waterpolo\\_waterbasketbal/](https://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/coronaprotocol_wedstrijdsport/waterpolo_waterbasketbal/)
- Informatie Rijksoverheid over Covid en sport - <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/openbaar-en-dagelijks-leven/sport>
- <https://water-vrij.nl/wp-content/uploads/2020/05/Protocol-Verantwoord-Zwemmen.pdf>