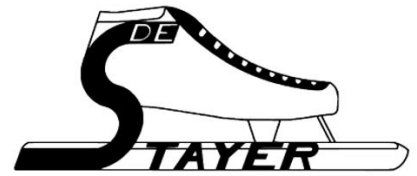


Coronaprotocol De Stayer



Dit protocol informeert jullie over de corona-maatregelen voor het schaatsen in Kardinge. Als vereniging zijn we verantwoordelijk om te zorgen dat we ons met elkaar aan die regels houden om zo verdere besmettingen te voorkomen. Als bestuur willen we je vragen om onderstaand document goed door te nemen en alle regels zo goed als mogelijk op te volgen.

Dit document wordt indien relevant geactualiseerd. Belangrijke wijzigingen communiceren we via email en onze website.

Basisregels

We hanteren de volgende basisregels:

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop!
- Heeft u klachten, blijf dan thuis en laat u zo snel mogelijk testen
- Ga direct naar huis als er tijdens het sporten klachten ontstaan zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts of plotseling verlies van reuk of smaak
- Ben je 18 jaar en ouder, houd 1,5 meter afstand van anderen (uitzondering tijdens sporten)
- Vermijd drukte
- Was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na het bezoek aan een sportlocatie
- Schud geen handen
- De mogelijkheden voor kleedkamergebruik zijn beperkt. Wij adviseren dan ook om thuis om te kleden en te douchen!
- Luidkeels stemgebruik is niet toegestaan
- Volg altijd de aanwijzingen van personeel Kardinge en Stayer-trainers op
- Volg de aangegeven looproutes

Aanschaf trimkaarten

Zorg dat je op een ander moment dan vlak voor de training een trimkaart aan schaft. Dit om te voorkomen dat er tijdens de eerste trainingen grote rijen ontstaan. De trimkaart van afgelopen jaar is nog gewoon geldig, wellicht heb je nog een aantal keren op je kaart staan.

Gebruik kleedruimtes en banken

We vragen iedereen om zich thuis om te kleden en in principe geen gebruik te maken van de kleedkamers. Indien omkleden toch nodig is, kan dat, maar kom dan op tijd. Mogelijk zul je even moeten wachten tot er een plek vrij is in de kleedruimte (max 7 personen per kleedkamer). Wanneer je omgekleed bent of aan komt, loop je naar een bank toe en trek je je schaatsen aan. Daarbij verzoeken we iedereen om 1,5 m afstand te houden. Wanneer je klaar bent met schaatsen aantrekken, maak je plaats voor een volgende deelnemer.

Registratie via website

Voor elke training moet je je aanmelden via de website van De Stayer. Daarbij verklaar je bij de training te voldoen aan de gezondheidscheck van het RIVM in het kader van Covid-19.

Je kunt je **tot de start van de training nog opgeven**. Mocht er toch onverhoopt weer iets tussen komen waardoor je niet kunt trainen, dan vragen we je je **ook weer af te melden** via de website. Dit kan tot de start van de training. De trainer weet zo precies bij aanvang van de training wie er komen. En wij weten precies wie er elke training is geweest. Om je aan te melden voor de training moet je inloggen. Heb je nog geen inloggegevens, stuur dan een mail naar bestuur@destayer.nl

Trainingsaanpak

In principe geldt dat op het ijs, je sporter bent en geen 1,5 m afstand hoeft te bewaren. We kunnen ons voorstellen dat niet iedereen zich hier comfortabel bij voelt. Daarom vragen we iedereen om een buff te dragen voor de mond en neus. Ook vragen we de trainers om meer dan normaal in kleinere subgroepjes te werken.

Voor de training:

- Houd je aan de aangegeven **looproutes** en houd altijd 1,5 meter afstand. Je komt binnen via de hoofdingang en gaat hierlangs ook weer naar buiten. Er is een rotonde met verschillende uitstroomrichtingen in de centrale hal voor alle gebruikers van het sportcentrum. Bij de draaideuren loopt **maximaal 1 persoon per compartiment**.
- Vanaf het betreden van de ijshal adviseren we alle leden dringend om **een mondkapje of buff over de mond en neus te dragen**. Als je er geen hebt kun je er een kopen bij het bestuur.
- Voor de training is het verplicht je aan de 1,5 meter afstand te houden, dus ook bij het aantrekken van de schaatsen. Dit kun je doen bij de banken die langs de kant van de baan staan. Wanneer je klaar bent met schaatsen aantrekken, maak je plaats voor een volgende deelnemer.

Tijdens de training:

- Tijdens het sporten mag je gewoon bij elkaar komen.
- Er wordt alleen in **de eigen groep** getraind, van andere groepen wordt waar mogelijk afstand gehouden.
- Tijdens het **instructiemoment vragen we je om een buff** over je mond en neus te dragen.
- Voor trainers geldt: houd altijd zoveel mogelijk afstand van de sporters, tenzij contact noodzakelijk is voor een (veilige) beoefening/begeleiding van de sport(er).
- Gebruik enkel je eigen materiaal, bidon e.d.

Na de training

- Bij het verlaten van het ijs dient 1,5 meter afstand gehouden te worden, dus ook bij het aantrekken van de hoezen. Er mag **niet op elkaar geleund worden**.
- Zodra het signaal gegeven wordt dat je van het ijs mag, vragen we je om de buff weer over de neus en mond te dragen.
- Bij het uittrekken van de schaatsen dient 1,5 meter afstand gehouden te worden.
- Het verlaten van de ijsbaan gaat via de looproute die is aangegeven op de vloer, er geldt weer 1 persoon per compartiment in de draaideur.

Herfstvakantie

In de week van 12 t/m 18 oktober zal er op dinsdag en donderdag nog geen training worden aangeboden. Er kan wel vrij geschaatst worden tijdens het trimuur. Daarvoor moet je je ook aanmelden via de website van De Stayer. Op vrijdag wordt er wel training gegeven. Daarvoor is een ticket nodig naast de baankkaart, die is te verkrijgen via de website van de KNSB.

Eerste trainingsweek

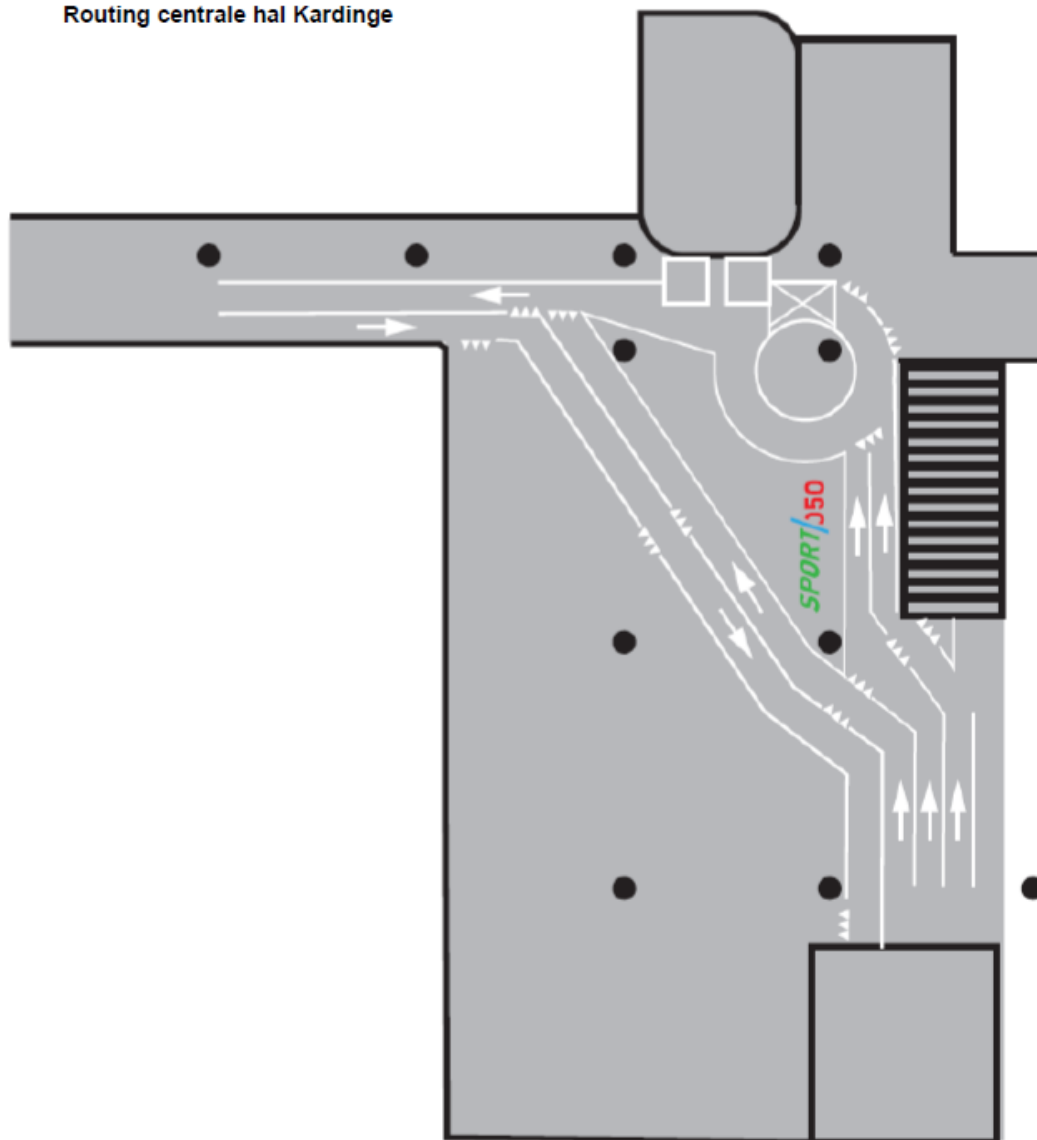
Op dinsdag 20 oktober en donderdag 22 oktober starten de trainingen op de trimuren. Ook proeftrainers zijn dan welkom.

Communicatie

We volgen de richtlijnen die zijn opgesteld door NOCNSF en KNSB. Mochten er updates komen dan zorgen we ervoor dat dit op gepaste wijze vanuit het bestuur gecommuniceerd wordt.

https://storage.knsb.nl/2020/08/a9fdd92e-200702-v16-knsb_sportspecifieke_protocolen.pdf

Routing centrale hal Kardinge



Inkomend verkeer:

Trimschaatsen (verenigingen) 400 meterbaan Het derde spoor (rechts) is voor trimmers die al een 12 trimkaart hebben voor de 400m baan. Bezoekers die een kaart willen kopen, volgen het middelste spoor. Deze leidt naar de balie. Onderweg zullen er wachtstrepen en haaiantanden staan om zoveel mogelijk eenrichtingsverkeer en afstand te garanderen. Na het verkrijgen van een kaart kunnen zij via de rotonde naar het tourniquet 400 meterbaan lopen. Voor de draaideur geldt 1 persoon per compartiment. Volg de looproutes.

uitgaand verkeer

Trimschaatsen (verenigingen) 400 meterbaan Bezoekers van de 400m baan komen aan de linkerkant, via de tourniquets weer terecht in de centrale hal, vanaf daar kunnen zij het pand, via de rotonde, verlaten. Voor de draaideur geldt 1 persoon per compartiment.