

Verantwoord sporten Binnensport (6) – ingaande 1 juli 2020

Intentie

1. voorwaarden en maatregelen opstellen voor het uitoefenen van sport in de sporthallen (protocollen)
2. specifieke maatregelen: hygiëne- en veiligheidsregels, tafeltennis, sport-instuif
3. houden aan de richtlijnen van het RIVM
4. goede communicatie met gemeente en leden van de sportclub: protocollen op sportlocatie, goed zichtbaar, aanmelden gemeente

Algemeen

De Sportclub Tjuchem, een omni- vereniging, bestaat uit meerdere afdelingen, t.w.: aerobic, bewegen voor ouderen(BVO), tafeltennis, basketbal, sport-instuif, yoga en poolbiljarten. Voor elke afdeling wordt een protocol opgesteld. Gesport wordt in de Velemansdroom, lees sporthal. De Sportclub Tjuchem heeft geen leden jonger dan 19 jaar.

De beschikbare speelruimte in de sporthal is 18 x 12 m = 216m². Voor verplaatsingssporten 30 m² per persoon, voor sporten in een afgebakende zone 10 m² per persoon.

Voor alle afdelingen geldt dat er maximaal 20 personen (sporters en publiek) in de sporthal aanwezig mogen zijn

In de kleedkamers niet meer dan 3 personen tegelijk

Afdelingen (protocol)

Aerobic aanvang maandag 7 september 2020 (08.30-09.30) 10m² per persoon

- schema indeling niet noodzakelijk, aantal deelnemers < 10
- in acht nemen maatregelen RIVM en van de veiligheid- hygiëne regels
- voldoen aan de gezondheidscheck (zelf doen) zie bijlage “check”
- sporters van 70 jaar en ouder analyseren zelf hun risico of zij zich in de sportlocatie kunnen begeven. zie bijlage “maatregelen voor sporters”
- looproute volgen
- gebruik toilet, kleedkamers en douches toegestaan
- presentie lijst invullen
- basisregels:
 - heeft u klachten, blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen
 - 18 jaar en ouder: houd 1,5 meter afstand van anderen
 - was vaak uw handen

Bewegen voor ouderen aanvang maandag 7 september 2020 (09.45-10.45) 10m2 pp

- schema indeling niet noodzakelijk, aantal deelnemers < 15
- in acht nemen maatregelen RIVM en van de veiligheid- hygiëne regels
- voldoen aan de gezondheidscheck (zelf doen) zie bijlage “check”
- sporters van 70 jaar en ouder analyseren zelf hun risico of zij zich in de sportlocatie kunnen begeven. zie bijlage “maatregelen voor sporters”
- looproute volgen
- gebruik toilet, kleedkamers en douches toegestaan
- presentie lijst invullen
- basisregels:
 - heeft u klachten, blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen
 - 18 jaar en ouder: houd 1,5 meter afstand van anderen
 - was vaak uw handen

Tafeltennis aanvang woensdag 1 juli 2020 (19.30-22.00) 10m2 pp

- schema indeling: zie bijlage. Aantal deelnemers <20
- **per tafel een door speelveldomrandingen afgezette speelzone van 4,5 x 9 meter**
- **normaal spelcontact tijdens trainingen en wedstrijden, geen 1,5 m afstand houden**
- **voor- en na het sporten: houdt 1,5 m afstand, ook in de kleedkamers**
- desinfecteren van tafeltennis materiaal
- wissel niet van kant
- in acht nemen maatregelen RIVM en van de veiligheid- hygiëne regels
- voldoen aan de gezondheidscheck (zelf doen) zie bijlage “check”
- sporters van 70 jaar en ouder analyseren zelf hun risico of zij zich in de sportlocatie kunnen begeven. zie bijlage “maatregelen voor sporters”
- looproute volgen
- gebruik toilet, kleedkamers en douches toegestaan
- presentie lijst invullen
- basisregels:
 - heeft u klachten, blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen
 - 18 jaar en ouder: houd 1,5 meter afstand van anderen
 - was vaak uw handen

Basketbal aanvang woensdag 9 september 2020 (09.00-10.00) 30m2 pp

- schema indeling niet noodzakelijk, aantal deelnemers < 6
- in acht nemen maatregelen RIVM en van de veiligheid- hygiëne regels
- voldoen aan de gezondheidscheck (zelf doen) zie bijlage “check”
- sporters van 70 jaar en ouder analyseren zelf hun risico of zij zich in de sportlocatie kunnen begeven. zie bijlage “maatregelen voor sporters”
- looproute volgen
- gebruik toilet, kleedkamers en douches toegestaan
- presentie lijst invullen
- basisregels:
 - heeft u klachten, blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen
 - 18 jaar en ouder: houd 1,5 meter afstand van anderen
 - was vaak uw handen

Sport-instuif **aanvang woensdag 7 oktober 2020 (14.00-16.00)** **10m2 pp**

- schema indeling: zie bijlage aantal deelnemers <15
- in acht nemen maatregelen RIVM en van de veiligheid- hygiëne regels
- voldoen aan de gezondheidscheck (zelf doen) zie bijlage “check”
- sporters van 70 jaar en ouder analyseren zelf hun risico of zij zich in de sportlocatie kunnen begeven. zie bijlage “maatregelen voor sporters”
- looproute volgen
- gebruik toilet, kleedkamers en douches toegestaan
- presentie lijst invullen
- basisregels:
 - heeft u klachten, blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen
 - 18 jaar en ouder: houd 1,5 meter afstand van anderen
 - was vaak uw handen

Yoga **aanvang donderdag 2 juli 2020 (20.00-21.00)** **10m2 pp**

- schema indeling niet noodzakelijk aantal deelnemers per les 20 of minder
- in acht nemen maatregelen RIVM en van de veiligheid- hygiëne regels
- voldoen aan de gezondheidscheck (zelf doen) zie bijlage “check”
- sporters van 70 jaar en ouder analyseren zelf hun risico of zij zich in de sportlocatie kunnen begeven. zie bijlage “maatregelen voor sporters”
- looproute volgen
- gebruik toilet, kleedkamers en douches toegestaan
- presentie lijst invullen
- basisregels:
 - heeft u klachten, blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen
 - 18 jaar en ouder: houd 1,5 meter afstand van anderen
 - was vaak uw handen

Poolbiljarten **aanvang vrijdag 3 juli 2020 (20.00-22.00)** **10m2 pp**

- opstelling: 2 poolbiljart tafels aantal deelnemers < 10
- desinfecteren pool materiaal
- in acht nemen maatregelen RIVM en van de veiligheid- hygiëne regels
- voldoen aan de gezondheidscheck (zelf doen) zie bijlage “check”
- sporters van 70 jaar en ouder analyseren zelf hun risico of zij zich in de sportlocatie kunnen begeven. zie bijlage “maatregelen voor sporters”
- looproute volgen
- gebruik toilet, kleedkamers en douches toegestaan
- presentie lijst invullen
- basisregels:
 - heeft u klachten, blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen
 - **18 jaar en ouder**: houd 1,5 meter afstand van anderen
 - was vaak uw handen

Hygiëne, routing

- desinfecterende middelen, zeep, papieren handdoekjes zijn aanwezig
- vastleggen looproute, in- en uit sporthal – 1,5 m afstand aanhouden
- schoonmaken gebruikte sport materialen
- schoonhouden toiletten, deurklinken, kranen na elke sportdag (op dinsdag, donderdag, vrijdag en zaterdag)
- schoonhouden gebruik aanrecht (koffie, thee kunnen)

Horeca

Horeca is voorbehouden aan de Vereniging School en Dorp/Stichting Dorpshuis Tjuchem. Leidend is protocol van de KHN (Koninklijke Horeca Nederland)

Contactpersonen/ coördinator

Voor instanties/verenigingen: Voorzitter Sportclub Tjuchem Anita Bouland
voor de leden: commissielid Janny Medema

Bijlagen

1. Veiligheid- en hygiëne regels voor iedereen
2. Maatregelen voor sportaanbieders, bestuursleden etc.
3. Maatregelen voor trainers, begeleiders en vrijwilligers
4. Maatregelen voor sporters
5. Checklijst gezondheidsvragen
6. Schema opstelling tafeltennis
7. Schema opstelling sport-instuif

Tjuchem, 28 juni 2020

Voorzitter Sportclub Tjuchem

Anita Bouland