



PROTOCOL TRAININGEN SVDU

TEN TIJDE VAN COVID'19 versie 29 september 2020

Vanaf 29 september 2020 gelden er strengere maatregelen om verspreiding van het coronavirus tegen te gaan. Dit betekent dat ons Paviljoen en de kleedkamers tot nader bericht weer zijn gesloten. De training begint zoals gebruikelijk om 20:30 uur. Vooraf aanmelden blijft verplicht. Lees verder voor belangrijke informatie.

Het is van groot belang dat alle deelnemers aan de training het protocol vooraf goed doorlezen en zich er op trainingsavonden aan houden. Volg voor, tijdens en na de training dan ook te allen tijde de aanwijzingen van de bestuursleden en de trainer op. Hopelijk kunnen we binnen enkele weken weer versoepelen. We vertrouwen op jullie medewerking!

Blijf thuis als jij of iemand in je gezin een van de volgende klachten hebt:

- Neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 C°). Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer komen sporten;
- Blijf thuis als iemand positief getest is op het coronavirus en jij in de afgelopen 14 dagen contact met hem/haar hebt gehad;
- **Ben je 70 jaar of ouder of behoor je tot een risicogroep? Denk na of het verstandig is om naar de SVDU te komen!**

Je reis naar de SVDU, wat te doen?

- Kom niet eerder bij de SVDU aan dan 20.20 uur;
- Reis zoveel als mogelijk alleen naar de training, kom bij voorkeur op de fiets;
- Er dient geparkeerd te worden op de parkeerplaats van de SVDU, dat betekent dus binnen het hek;
- Fietsers dienen hun fiets te parkeren op de daarvoor aangewezen plek, op het grasveld welke links achteraan de parkeerplaats ligt;
- Kom in sportkleding naar de SVDU of kleeed je in de auto om. Onze kleedkamers zijn gesloten;
- Zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest en voor vertrek je handen hebt gewassen met zeep. De toiletten zijn ook gesloten;
- Kom alleen naar de training om actief deel te nemen aan de training. Toeschouwers zijn niet toegestaan en zullen worden weggestuurd;
- Neem handgel en je eigen bidon mee en vul deze thuis, het is niet mogelijk om deze bij de SVDU te vullen.

Bij de SVDU:

- Loop direct naar de verzamelplaats, deze is voor ons Paviljoen;
- Er is geen mogelijkheid voor het opbergen van waardevolle spullen, laat deze zoveel als mogelijk thuis;
- Houd je voor de training aan de aanwijzingen van de trainer en de aanwezige bestuursleden, zij hebben de bevoegdheid om je naar huis te sturen wanneer je je niet aan de aanwijzingen houdt;
- Blijf voor de training altijd op 1,5 meter afstand van iedere andere persoon!

Tijdens de training:

- Volg de instructies op van de trainers, alleen de trainers zitten aan materialen (pionnen), jij blijft hier vanaf!
- Spuug niet en snuit je neus niet op het veld. Hoesten en niesen gebeurt in de elleboog;
- Toeschouwers zijn niet toegestaan en zullen worden weggestuurd;
- Blijf tijdens de training *zoveel mogelijk* op 1,5 meter afstand van iedere andere persoon!

Na de training:

- Ga na de training direct naar huis, blijf niet onnodig hangen rond het Paviljoen;
- Fiets bij vertrek niet langs de voetgangers;
- Houd je na de training aan de aanwijzingen van de trainer en de aanwezige bestuursleden;
- Was je handen na thuiskomst;
- Blijf na de training altijd op 1,5 meter afstand van iedere andere persoon!