

Baarnse Atletiek Vereniging

Postbus 736

3740 AS BAARN

Website

<http://www.bav-baarn.nl>



De trainingen beginnen weer

(ten minste als je nog geen 19 jaar bent)

Maatregelen en trainingstijden BAV-jeugd

- Ouders mogen pupillen brengen tot de fietsenrekken bij het clubgebouw van de BAV.
- Brengen en ophalen gaat volgens het Kiss & Ride-principe, ouders mogen niet blijven kijken tijdens de trainingen.
- Vanzelfsprekend mogen belangrijke zaken rondom een pupil aan de trainer gemeld worden. Doe dit bij voorkeur vooraf via telefoon of app.
- Om te voorkomen dat teveel ouders tegelijk hun kind komen halen, terwijl andere ouders hun kind brengen, en ook om tussen de trainingen door materiaal en toiletten schoon te maken, zijn er aangepaste trainingstijden voor de pupillen:
 - BCDE pupillen trainen van 15.00 - 16.30 uur bij Amber en Jelle. Op afstand zijn Bas en Bianca hierbij ook aanwezig.
 - Alle A pupillen trainen van 17.00 - 18.30 uur bij Catharina, Wessel, Daan en Thom. Ook hierbij zijn Bas en Bianca aanwezig.
- Op zaterdag trainen alle pupillen van 9.30 - 11.00 uur bij dezelfde trainers als op woensdag. Let op: in verband met groot onderhoud aan de baan trainen de pupillen **alleen op zaterdag op de ijsbaan**. Op woensdag wordt naast de baan getraind. Graag **op zaterdag** de pupillen gelijk bij de ijsbaan brengen, dat scheelt een loopje.
- Alle trainingstijden voor de junioren blijven hetzelfde. Zij trainen altijd naast/bij de baan. Let erop dat je bij aankomst en het plaatsen van je fiets 1,5 meter afstand houdt.
- Ouders die kinderen in beide pupillengroepen hebben wordt vriendelijk verzocht de wissel rond 16.45 uur te laten plaatsvinden. Natuurlijk zorgen wij in de tussentijd voor de 'wachtende' pupillen.
- Alle trainers zijn ouder dan 12 jaar en moeten dus 1,5 meter afstand tot de pupillen bewaren. Maar vanzelfsprekend zullen zij kinderen die letsel oplopen, bijvoorbeeld bij een val, helpen. Moeten er pleisters geplakt worden dan zullen zij hierbij handschoenen gebruiken om hen zo hygiënisch mogelijk te behandelen.

Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen:

- 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 (COVID-19). 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 (bijvoorbeeld deurknoppen); na een toiletbezoek; na hoesten, niezen in de handen; na het snuiten van de 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:

- Meld je tijdig aan voor de sportactiviteit of volg de afspraken van de club op 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.
- 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.
- 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.
- Gebruik alleen je eigen bidon om uit te drinken, vul deze thuis.
- Verlaat direct na de training de accommodatie.
- Atleten bij wie fysiek contact noodzakelijk is vanwege bijvoorbeeld ondersteuning op het gebied van atletiekbeoefening, toiletgang en/of fysieke begrenzing is het toegestaan om één ouder of verzorger op de accommodatie aanwezig te laten zijn. Voor deze persoon geldt ook dat het protocol nageleefd moet worden.

Maatregelen voor ouders/verzorgers:

- Meld jouw kinderen tijdig aan voor de sportactiviteit en volg de afspraken van de club op zodat de club rekening kan houden met de toestroom.
- Breng jouw eigen kind(eren) alleen naar de club wanneer er een training voor je kind(eren) gepland staat.
- Reis alleen met je eigen kind(eren) of kom met personen uit jouw huishouden.
- Breng jouw kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de club.
- Zorg dat jouw kind(eren) in sportkleding naar de club komen. De kleedkamers zijn gesloten. Douchen op de accommodatie is niet mogelijk.
- Als ouder heb je geen toegang tot de sportaccommodatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren).
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training op de accommodatie.
- Volg altijd de aanwijzingen van trainers, begeleiders en bestuursleden op.
- Haal direct na de training jouw kinderen op van de accommodatie. 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 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.
- Zorg dat er in de leeftijdsgroep 13 tot en met 18 jaar zo min mogelijk materialen gedeeld worden.
- Maak vooraf (gedrags)regels aan atleten duidelijk: met name voor de groep 13 tot en met 18-jarigen waarbij de 1,5 meter afstand te allen tijde geldt.
- Wijs atleten op het belang van handen wassen.
- Help de atleten om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt.
- Houd 1,5 meter afstand ten opzichte van alle atleten en/of mede-trainers.
- Weet wie er aanwezig is bij de training. Laat alleen atleten toe die zich hebben aangemeld.
- Volg de voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen.
- Laat kinderen gefaseerd de accommodatie betreden en verlaten.
- Zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de training, tenzij dat noodzakelijk is voor de atletiekbeoefening, toiletgang of fysieke begrenzing van de atleet.
- Zorg zelf, indien noodzakelijk of gewenst, voor persoonlijke beschermingsmiddelen.