

## **Atletiek in de anderhalve meter samenleving bij atletiekvereniging NOVA**

Dit protocol voor atletiekvereniging Nova is gebaseerd op het algemene Protocol Verantwoord Sporten van NOC\*NSF en het Protocol verantwoorde atletieksport van de Atletiekunie. De maatregelen voor de gemeente zijn opgenomen in het protocol van NOC\*NSF.

Atletiekvereniging Nova is bezig met een gefaseerde en verantwoorde openstelling van de faciliteiten. Naast de 1,5 meter maatregel zal de vereniging elke nieuwe stap baseren op de geldende adviezen van het RIVM in samenhang met de maatregelen van de overheid, de Atletiekunie en de gemeente Schagen. We vragen onze atleten, hardlopers en wandelaars de richtlijnen uit dit protocol strak op te volgen in het belang van de volksgezondheid.

De wetenschap ondersteunt dat regelmatige lichaamsbeweging goed is voor zowel de fysieke als mentale gezondheid. Daarnaast is voor kinderen lichaamsbeweging essentieel voor een optimale groei en ontwikkeling. Wij zetten ons daarom in om de vereniging weer op een verantwoorde wijze te heropenen. Kernpunt hierin is dat de veiligheid en gezondheid van iedere deelnemende atleet, vrijwilliger en trainer gewaarborgd is. Wij kijken vanuit dat oogpunt intensief naar de mogelijkheden die er binnen de maatregelen worden geboden en willen onze trainers en leden met dit protocol ondersteunen in het aanbieden van een verantwoorde atletiek-, hardloop-, en wandeltraining.

Social distancing vormt hierin de basis: zorgen voor een veilige afstand van ten minste 1,5 meter (met uitzondering van de leeftijdsgroep t/m 18 jaar) en zorgen dat er geen fysiek contact plaatsvindt. Daarnaast worden aanvullende hygiënemaatregelen getroffen en wordt de bezoekersstroom strak gereguleerd.

### **Uitgangspunten**

Uitgangspunten aan de basis van social distancing binnen onze atletiekaccommodatie zijn:

1. Gezond verstand gebruiken staat voorop.
2. Het creëren van een veilige omgeving voor alle atleten en vrijwilligers/trainers.
3. De mogelijkheid bieden voor het beoefenen van de atletieksport.
4. Het mogelijk maken van het naleven van de 1,5 meter maatregel.
5. Het voorkomen van rechtstreeks fysiek contact, bedoeld dan wel onbedoeld.
6. Aanvullende hygiënemaatregelen.

### **Fasering**

Wij werken met onze leden gefaseerd toe naar een reguliere situatie om op een verantwoorde wijze (verder) open te gaan. Het RIVM, het Outbreak Management Team, ministeries en/of brancheverenigingen bepalen wanneer wij toe kunnen werken naar de volgende fase of maatregelen kunnen opheffen. Met voortschrijdend inzicht wordt het protocol tijdens de looptijd van de verschillende fasen aangepast en aangescherpt.

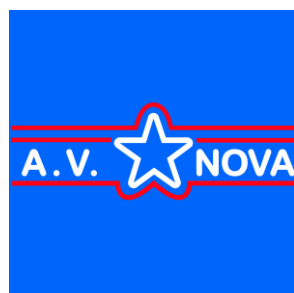
De versoepelde en aanvullende maatregelen per 1 juni 2 houden in

- In de openbare ruimte en op de accommodatie hardlopen en atletiek beoefenen in groepsverband voor **alle leeftijden** is toegestaan mits er 1,5 meter afstand tot elkaar wordt gehouden met uitzondering van de leeftijdsgroep **tot** 19 jaar. Vermijd drukte. Geen officiële wedstrijden, geen gebruik van kleedkamers of douches;
- Officiële wedstrijden zijn tot 1 september niet mogelijk. Onderlinge trainingswedstrijden zijn mogelijk uitsluitend met eigen clubleden. Hierbij dient de 1,5 meter maatregel in acht genomen te worden;
- De maximale groepsgrootte is in overleg met de gemeente vastgesteld op 25 Zowel voor de accommodatie als voor de openbare ruimte.

De voorzitter van het bestuur Petra Taams, treedt op in de rol van Corona coördinator.

Vragen met betrekking tot de inhoud en uitvoering van dit protocol kunnen per e-mail gesteld worden aan het bestuur via onze secretaris [margohogervorst@outlook.com](mailto:margohogervorst@outlook.com).

---



---

## Protocol

In dit protocol gaan we in op de maatregelen die gelden voor de accommodatie van atletiekvereniging Nova, atleten, ouders, trainers en bestuurs-/commissieleden.

### 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;
- **Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden. Bij jeugd tot en met 18 jaar is deze afstandsbeperking onderling tijdens de training niet aan de orde. Bij andere activiteiten houden jongeren van 13 tot en met 18 jaar wel 1,5 meter afstand.**
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen in je huishouden 24 uur lang geen klachten heeft, mag de atleet weer sporten;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus (COVID19). Vanwege het feit dat 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;
- Iedereen die tot de risicogroep behoort of 70+ is, dient zelf hun risico te analyseren of zij zich op de accommodatie of in de openbare ruimte in groepen kunnen begeven, raadpleeg desnoods je huisarts
- 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 minimaal 20 seconden met zeep of desinfectans;
- Was je handen met zeep of desinfectans als je handen vuil zijn, na het aanraken van objecten waar veel mensen aanzitten (bijvoorbeeld deurknoppen), na een toiletbezoek thuis, 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:

- Houd je aan de algemene veiligheids- en hygiënemaatregelen;
- **Atleten van 13 tot en met 18 jaar hoeven tijdens de training buiten geen 1,5 meter afstand tot elkaar te houden. Bij andere activiteiten houden jongeren van 13 tot en met 18 jaar wel 1,5 meter afstand;**

.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/trainingslocatie;
- Kom in sportkleding naar de club. De kleedkamers, toiletten en douches zijn gesloten;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training naar de club;
- Volg altijd de aanwijzingen van trainers, begeleiders en bestuursleden op;
- Gebruik zoveel mogelijk eigen materialen of maak de materialen schoon voordat iemand anders ze gebruikt;
- Gebruik alleen je eigen bidon om uit te drinken;
- Verlaat direct na de training de accommodatie.

#### **Maatregelen voor ouders/verzorgers:**

- Houd je aan de algemene veiligheids- en hygiënemaatregelen;
- Indien jouw kind(eren) besluiten om niet deel te nemen aan de training dien je jouw kind(eren) minimaal 24 uur af te melden voor de training via de App of email;
- 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;
- Voor een eenduidige rijrichting verzoeken wij u bij het zwembad in te rijden en via de Harenkarspelhal het terrein weer te verlaten;
- Zorg dat jouw kind(eren) in sportkleding naar de club komen en naar het toilet geweest zijn. De toiletten, kleedkamers en douches op de sportaccommodatie zijn gesloten.
- Als ouder heb je geen toegang tot de sportaccommodatie (1<sup>ste</sup> toegangspoort). 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, bestuursleden op;
- Haal direct na de training jouw kinderen op bij de 1<sup>ste</sup> toegangspoort van de accommodatie, waarbij de aangegeven rijrichting gehanteerd dient te blijven. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is;
- Bij uitzonderlijk slechte weersomstandigheden zal de training worden afgelast. Dit zal uiterlijk 1 uur voor de training via app/mail worden gecommuniceerd.

#### **Aanvullende maatregel voor speciale groepen G-atleten:**

- 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 trainers:**

- Houd je aan de algemene veiligheids- en hygiënemaatregelen;
- **Bereid je training goed voor en zorg voor oefeningen/spelvormen bij de leeftijdsgroep vanaf**

**19 jaar waarbij de 1,5 meter onderlinge afstand gegarandeerd blijft.**

- 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 trainingsattributen klaar staan als de atleten de accommodatie betreden zodat je gelijk kunt beginnen;
- Baanattributen (zoals een hark) worden alleen door de trainer gebruikt;
- Materialenhok is alleen toegankelijk voor trainers, maximaal 1 trainer tegelijkertijd binnen;
- 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 18jarigen 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 op de trainingslijst staan;
- Volg de voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- Laat atleten gefaseerd de accommodatie betreden en verlaten;
- Zorg dat er geen begeleiders aanwezig zijn bij de training, tenzij dat noodzakelijk is voor de atletiekbeoefening of fysieke begrenzing van de atleet. Deze begeleiders moeten zich vooraf aanmelden bij de trainingscoördinator;
- Zorg zelf, indien noodzakelijk of gewenst, voor extra persoonlijke beschermingsmiddelen.

**Maatregelen voor bestuurs- en commissieleden:**

- Houd je aan de algemene veiligheids- en hygiënemaatregelen;
- Het gebruik van de accommodatie is met de gemeente en de (mede)gebruikers van de accommodatie afgestemd evenals de handhaving van de regels in en om de accommodatie en wordt gecommuniceerd naar alle gebruikers.
- De maximale groepsgrootte is afgestemd met de gemeente. Zowel voor de accommodatie als voor de openbare ruimte;
- De activiteiten buiten de eigen accommodatie zijnde de trainingen in het Schoorlse duingebied zijn hiermee gemeld bij de gemeente.
- Werkzaamheden waarvan de aard van het werk het toelaat worden vanuit huis gedaan;
- Deel je werkbenodigdheden/spullen niet met anderen;
- Houd spullen, materieel, gereedschap en PBM's (persoonlijke beschermingsmiddelen) schoon. Bij voorkeur regelmatig desinfecteren;
- Het bestuur geeft trainers goedkeuring om atleten aan te spreken op het schenden van de regels en hen uiteindelijk de toegang tot de accommodatie te ontzeggen wanneer geen gehoor wordt gegeven aan de ingestelde regels. Indien een trainer een atleet de toegang tot de accommodatie ontzegt, zal hij dit mededelen aan de trainingscoördinator;
- Gebruik extra materialen zoals hygiënehandschoenen; zeker indien atleten bijvoorbeeld in geval van EHBO aangeraakt moeten worden. Daarnaast krijgen trainers extra hygiëne instructies;
- Plaats op meerdere plekken op de accommodatie desinfectiemiddelen voor atleten en trainers. Gebruik papieren handdoekjes en leeg een paar keer per dag de prullenbakken;

- Extra schoonmaak: deurknoppen en andere handcontactpunten moeten een paar keer per dag worden gereinigd;
- De toiletten moeten worden afgesloten.
- Ouders die atleten komen brengen/halen, blijven buiten de accommodatie (kiss+ride systeem);
- Mensen die niet komen trainen of geen rol hebben in de organisatie van die training zijn niet welkom op de accommodatie;
- Er wordt gezorgd voor zoveel mogelijk spreiding van de training, op en buiten de accommodatie;
- Indien een atleet besluit om niet deel te nemen aan de training dient hij/zij zich af te melden bij de trainer. Deze afmeldingen dienen minimaal 24 uur van tevoren voor de training via de App of email doorgegeven te worden aan de trainer. Atleten melden zich vervolgens op de afgesproken trainingstijd bij de trainer op de baan. Laat trainingen van verschillende groepen op verschillende tijden starten om zo spreiding te krijgen van de atleten. Maak ook gebruik van de rustige momenten op de club en werk zoveel mogelijk met een vaste trainer;
- Hanteer het vierogen principe en zorg dat een trainer nooit alleen is op de accommodatie met een groep atleten;
- Atleten wordt gevraagd om niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de starttijd naar de accommodatie te komen en na de training direct de accommodatie weer te verlaten. Hiermee zal de toestroom beheersbaar blijven en is het aantal atleten dat gelijktijdig bij de accommodatie aankomt, beperkt;
- Zolang er geen passend protocol is voor de horeca vanuit het RIVM zijn clubhuis en terras gesloten naast overige ruimtes als douches, toiletten, kleedruimtes en krachtruimtes. De materiaalruimte is wel bereikbaar. Zorg dat een beperkt aantal mensen toegang krijgt tot de materiaalruimte.
- Te allen tijde dient de EHBO-kit en ice packs voorhanden te zijn, ook wanneer deze zich bevinden in het horecagebied/kantine;
- Sluit deuren af waar atleten niet mogen komen en geef op de deuren aan dat deze afgesloten zijn. Breng in kaart welke deuren open kunnen blijven staan zodat er minder aangeraakt hoeft te worden. Zorg dat er vanuit de parkeerplaats naar de atletiekbaan geen oppervlakten aangeraakt hoeven worden. Zorg dat alle overbodige attributen als zitjes/bankjes worden verwijderd, afgeplakt of afgedekt;
- Zorg voor routing en breng eenrichtingsverkeer aan op de loopwegen van de accommodatie zodat het makkelijker is 1.5 m afstand te houden;
- Hang desinfectans op bij betreden van de accommodatie;
- Zorg voor maximale hygiëne, vooral de deurknoppen en andere contactoppervlakten moeten diverse keren per dag gedesinfecteerd worden. De prullenbakken worden diverse keren per dag geleegd. Zorg dat er in de leeftijdsgroep 13 tot en met 18 jaar zo min mogelijk materialen worden gedeeld. Na iedere training worden de materialen schoongemaakt. De baanattributen als bv. hark van de verspringbak worden alleen gebruikt door de trainers. Maak een schema om uitvoering te geven aan deze hygiënemaatregelen.
- Om de veiligheid van atleten en trainers te garanderen, is het adequaat informeren van trainers van groot belang. Zorg daarom voordat de accommodatie opengaat voor een goede uitleg met betrekking tot alle processen in en rondom de accommodatie. Denk hierbij aan het maken van een beknopt instructieboekje of digitale informatiesessie waarin de processen zo goed mogelijk worden beschreven;

- Per accommodatie is een bestuurs- of commissielid verantwoordelijk voor de naleving van dit protocol. Er is altijd minimaal één bestuurs- of commissielid of 2 trainers aanwezig op de accommodatie om toe te zien op de naleving van dit protocol en spreekt mensen aan op overtredingen. Wijs mensen op de sociale controle en maak er een gezamenlijke verantwoordelijkheid van. De gemeente geeft invulling aan de handhaving van de maatregelen;
- Informeer atleten via de website, clubblad (Noviteit) en hang posters op in de accommodatie over de hygiëneregels en de gewijzigde regels op de accommodatie. De flyers die de Atletiekunie op zijn website heeft gepubliceerd worden hiervoor gehanteerd.
- Er mogen geen samenkomsten zoals vergaderingen plaatsvinden op de sportaccommodatie. Bijeenkomsten van maximaal 30 personen en onder voorwaarde dat mensen 1,5 meter afstand tot elkaar houden mogen wel elders worden gehouden.