

# Uitvoeringsprotocol 'Binnen trainen met inachtneming van de Coronamaatregelen'

## Inleiding

Sinds de uitbraak van het Coronavirus in Nederland gelden er diverse maatregelen om de verspreiding hiervan in toom te houden. Enkele van deze maatregelen hebben specifiek betrekking op de uitoefening van (binnen)sporten. Sinds 1 juli 2020 mag er binnen gesport worden, mits er aan een aantal voorwaarden wordt voldaan die opgelegd zijn vanuit de Rijksoverheid en het RIVM. Daarnaast gelden er aanvullende richtlijnen vanuit gemeenten of verhuurders van accommodaties. NOC\*NSF heeft, als overkoepelend sportorgaan, een algemeen 'protocol verantwoord sporten' opgesteld. Het uitvoeringsprotocol wat hier voor u ligt, is voor een groot deel gebaseerd op dat algemene protocol.

## Doel

Dit protocol is opgesteld om op een zo veilig mogelijke manier met elkaar te kunnen sporten bij JSK Sports/Jungshin Kwan, waarbij het risico om besmet te raken met het Coronavirus zo klein mogelijk gehouden wordt. In dit uitvoeringsprotocol worden de maatregelen beschreven die JSK Sports/Jungshin Kwan neemt om te zorgen dat er wordt voldaan aan alle voorwaarden en richtlijnen zoals door eerdergenoemde instanties zijn omschreven.

## Kaders & uitgangspunten

- Personen t/m 17 jaar hoeven onderling geen afstand van elkaar te houden.
- Personen t/m 12 jaar hoeven ook tot volwassenen geen afstand te houden.
- Personen van 13 t/m 17 jaar houden minimaal 1,5 meter afstand van volwassenen (= personen van 18 jaar of ouder).
- Volwassenen houden minimaal 1,5 meter afstand van anderen.
- Tijdens de trainingen mag de 1,5 meter-regel losgelaten worden als deze de normale sportbeoefening in de weg staat.

## Regels & maatregelen

1. Bij klachten, blijf je thuis!
  - a. Heb jij, of een ander lid van je huishouden, klachten die passen bij corona zoals bijvoorbeeld een loopneus, keelpijn, hoestbuien, verkoudheidsverschijnselen, benauwdheid, koorts of andere (milde) ziekteverschijnselen? Kom dan niet naar de zaal, maar blijf thuis.
2. Hoest, kuch en nies altijd in je elleboogholte.
3. Schud geen handen.
4. Was je handen veelvuldig.
  - a. Was je handen voordat je van huis gaat. Bij aankomst bij de zaal desinfecteer je je handen grondig vóór het betreden van de locatie. Bij vertrek uit de zaal desinfecteer je nogmaals je handen. Wij adviseren tevens om bij thuiskomst wederom je handen te wassen.
  - b. Indien je door een (assistent) instructeur, naast bovenstaande momenten, gevraagd wordt om je handen te desinfecteren. Volg je deze aanwijzingen op.

- c. Indien er tijdens de trainingen behoefte is om je handen te desinfecteren, zal daar de mogelijkheid toe geboden worden.
5. Er wordt zo optimaal mogelijk geventileerd.
  - a. De ramen en toegangsdeuren staan open, voor zo ver dit mogelijk is.
6. Er wordt geen gebruik gemaakt van kleedkamers, douches en toiletten.
  - a. De kleedkamers kunnen wel worden gebruikt om schoenen en jassen achter te laten. Verder worden deze alleen als doorgangsroute gebruikt naar de zaal.
  - b. Toiletten zijn alleen te gebruiken in uiterste nood.
7. Kom niet te vroeg naar de training.
  - a. Je betreedt de accommodatie niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van jouw eigen training.
8. Geen toeschouwers bij de trainingen.
  - a. We vragen ouders/verzorgers om hun kinderen af te zetten bij de locatie en zelf niet mee naar binnen te gaan.
9. Na de training vertrek je direct.
10. Contactregistratie
  - a. Aanwezigheid bij de trainingen wordt geregistreerd.
  - b. Om te ondersteunen bij eventueel bron- en contactonderzoek van de GGD, worden tevens de contactgegevens (e-mailadres en telefoonnummer) van de aanwezigen geregistreerd en maximaal 14 dagen bewaard.
  - c. Deelnemen aan activiteiten van JSK Sports/Jungshin Kwan betekent dat met bovenstaande maatregelen wordt ingestemd.

## Disclaimer

JSK Sports/Jungshin Kwan verricht grote inspanning om dit protocol zo goed mogelijk na te leven en aan de hand hiervan de verspreiding van het coronavirus zo veel mogelijk te voorkomen. Echter, naleving van dit protocol is voor een groot deel afhankelijk van het verantwoordelijkheidsgevoel van eenieder die de club bezoekt. Garanties kunnen kan ook niet geboden worden. Derhalve geschiedt het sporten bij JSK Sports/Jungshin Kwan volledig op eigen risico.