

Trainingen seizoen 2020-2021

De protocollen van RIVM en het Bosbad Putten worden nageleefd.

Als een sporter symptomen heeft van koorts, hoest of kortademigheid dan traint hij niet, speelt hij niet en dient hij/zij te worden getest.

Als een sporter positief wordt getest op het virus:

- Gaat hij zij in quarantaine
- Het gehele team waarmee wordt gesport (c.q. trainingsselectie) wordt getest op aangeven medici/GGD.
- Of het gehele team gaat gedurende 10 dagen in quarantaine.
 - als zij op een afstand van minder dan 1,5m zijn geweest van de sporter gedurende 10 minuten of langer
 - tenzij zij op een grotere afstand dan 1,5m zijn geweest en geen symptomen hebben.
- Als er twee of meer sporters of begeleiding van hetzelfde team positief testen op corona, dan moet het gehele team in quarantaine gedurende 10 dagen. Geen wedstrijden en geen trainingen. De sporters van het team moeten zich laten testen op aangeven van medici en GGD.

Basisregels:

- Je houdt 1,5m afstand van elkaar, ook op de kant voor en na de training.
- Tot 12 jaar geen 1,5m afstand nodig ten opzichte van elkaar en volwassenen.
- Van 13 jaar t/m 17 jaar geen afstand nodig ten opzichte van elkaar, wel naar volwassenen.
- Zorg dat je je zwemkleding al aan hebt, zodat je je op het zwembad alleen hoeft uit te kleden.
- Bij voorkeur in 1 keer doorlopen naar het binnenbad en daar je kleren uitdoen.
- De looproutes in het zwembad volgen naar het water.
- Max 15 min voor aanvang aanwezig.
- Op badslippers naar het zwembad.
- Na het trainen, omkleden in kleine badhokjes, de kledinghaak in het badhokje neem je mee richting uitgang (hierdoor weet het bad personeel dat het hokje gebruikt is en dus gereinigd moet worden.), via aangegeven route weer naar buiten.
- **LET OP: op de maandag voor de training verzamelen bij de EHBO-post!**
- Ook na de trainingen 1,5m afstand houden.

Corona trainingstijden:

	Maandag	Dinsdag	Donderdag
Jeugd	-	18:15-19:00	17:45-18:45
Dames 1	19:15-20:15	-	18:00-19:00
Heren 1	-	18:40-20:00	18:45-20:00
Heren 2	-	18:40-20:00	18:45-20:00
Heren 3	19:00-20:00	-	19:00-20:00

Uitzonderingen en vakanties zie jaaroverzicht trainingen.