



Corona Protocol Gymnastiek Vereniging Barendrecht

In dit protocol staat beschreven hoe bij onze vereniging de corona-maatregelen worden toegepast. Wij volgen het Protocol Verantwoord Sporten van NOC-NSF en het protocol van de KNGU. Het protocol is opgesteld door het bestuur. Onze invulling en onze maatregelen zijn door het bestuur afgestemd met de wethouder van de gemeente Barendrecht. Wanneer de richtlijnen vanuit de overheid, KNGU en gemeente wijzigen, zal het protocol worden aangepast. Wij hopen met de maatregelen uit dit protocol zo veel mogelijk risico's op besmetting en verspreiding van het corona-virus te kunnen uitsluiten. Dit valt en staat uiteraard bij de medewerking van alle sporters, ouders en vrijwilligers. Wij rekenen er dan ook op dat iedereen zich houdt aan de gestelde regels en aanwijzingen van trainers en bestuursleden opvolgt. Wees u ervan bewust dat de lokale en rijksoverheden altijd kunnen besluiten om de versoepeling van de maatregelen voor het sporten terug te draaien! Dit protocol is aangepast naar aanleiding van de aangescherpte regels op 4 november 22.00 geldende landelijke maatregelen en zal indien die in de komende tijd veranderen op basis van die veranderingen worden aangepast.

LET OP: de geldende noodverordeningen zijn nog niet bekend, daarom kunnen er de komende dagen wijzigingen plaatsvinden in dit protocol.

<https://nocnsf.nl/media/3499/protocol-verantwoord-sporten-versie041120-2.pdf>

Wij wensen alle leden veel plezier bij het sporten!

Met sportieve groet,
Bestuur Gymnastiekvereniging Barendrecht

Inhoud

Corona Protocol Gymnastiek Vereniging Barendrecht	1
Contactinformatie:	2
Belangrijkste wijzigingen per 4 november 2020	2
Belangrijkste wijzigingen per 14 oktober 2020	3
Corona protocol Basisregels	4
Trainingen	4
Wedstrijden & evenementen	5
Schoonmaak	5
Handhaving	6
Wijzigingen	6
Veel gestelde vragen	7



Contactinformatie:

- Jacqueline Venema, contactpersoon turnhal 06-20099567
- Hilde van Esch, secretaris bestuur GVB, secretariaat@gvbarendrecht.nl

Belangrijkste wijzigingen per 4 november 2020

De regels zijn aangepast op basis van de persconferentie van het kabinet op 3 november 2020. Met name het verbod op groepslessen voor sporters boven 18 jaar leiden tot aanpassingen van het protocol. Verder zijn er aantal wijzigingen en toevoegen aan de veel gestelde vragen. Verder gelden nog steeds de wijzigingen per 14 oktober en de basisregels, behalve **gemarkeerde** stukken.

Voor alsnog gaan alle lessen door voor de leden onder 18 jaar! Voor alle leden boven 18 jaar geldt dat de [groepslessen](#) binnen Gymnastiekvereniging niet zijn toegestaan op de [locatie](#). Met een groepsles wordt vanuit de overheid een les bedoeld met een algemene instructie aan iedereen tegelijk.¹ Gymnastiekvereniging zal de lessen zoveel mogelijk online aanbieden.

Concreet betekent het volgende. Momenteel zijn de onderstaande trainingen binnen GVB een 'groepsles' en de deze groepstrainingen voor leden boven 18 jaar moeten on-line worden aangeboden.²

- Ouder & kind gym
- Bodyshape
- Sportfit Heren
- Fitgym
- Zumba Volwassenen
- Jazzdance Volwassenen

Voor de trainingen waar sprake is van gemixte groep zoals bij springen en sommige trainingen van de ritmische gymnastiek, tunen en dans, moeten leden boven 18 jaar in groepjes nu max 2 personen trainen. Deze groepjes van 2 personen moeten op 1,5 meter afstand tot elkaar sporten en moeten individuele instructies krijgen.

Enige uitzondering voor leden boven 18 jaar: Als het mogelijk is om met maximaal 2 volwassen personen met elkaar op 1,5 meter te sporten mag dat. Er moet een duidelijke afbakening van de verschillende groepjes zijn. De groepjes mogen niet mengen.

¹ KNGU, <https://dutchgymnastics.nl/veelgestelde-vragen>, 10.11.2020

² Indien het mogelijk is om de lessen zodanig te verzorgen dat er geen sprake is van 'groepsles', mag de les doorgaan. Zie ook veel gestelde vragen.



Belangrijkste wijzigingen per 14 oktober 2020

Voor alsnog gaan alle lessen door!

Sportactiviteiten vanaf 18 jaar zijn alleen toegestaan als het mogelijk is om onderling 1,5 meter afstand te houden. Voor binnensporten geldt een maximaal aantal van 30 personen per zelfstandige ruimte, inclusief de trainer/begeleider.

Het kan zijn dat sommige lessen een andere tijdelijke locatie krijgen. Voor de lessen waar het maximale aantal aanwezigen boven 30 personen gaat, zal in overleg met de leiding naar een individuele oplossing gezocht worden.

Voor sportactiviteiten zoals dans die vallen onder culturele uitingen, gelden andere Richtlijnen. Kinderen en volwassenen mogen kunst beoefenen, repeteren en optreden. Hier gelden dan dezelfde regels als voor andere activiteiten 'binnen' of 'buiten'. Dus maximaal 30 personen per ruimte binnen en maximaal 4 personen buiten.

Bij bepaalde noodzakelijke activiteiten tussen leiding en de sporter waar contact noodzakelijk is, geldt de 1,5 meter afstand alleen voor zover dat mogelijk is.

Op basis van de NOC*NSF richtlijnen, wordt iedereen van 13 jaar en ouder dringend geadviseerd om een niet-medisch mondkapje te dragen in voor publiek toegankelijke binnenruimtes. Tijdens de sportbeoefening mag het mondkapje uiteraard af, dit geldt ook voor de leiding. Ouders die meedoen zoals bij ouder en kind zijn sportbeoefenaars op dat moment, dus geen masker, maar wel 1,5m afstand.

Er is een algemene uitzondering voor kinderen en jongeren tot en met 17 jaar in relatie tot de teamsport en de wedstrijden. Zij mogen in wel teamverband sporten en onderling wedstrijden spelen met teams van de eigen club. Er wordt geen competitie gespeeld.

Kinderen met klachten die kunnen wijzen op corona blijven thuis.

Deze regels gelden tot nader bericht.



Corona protocol Basisregels

De standaard richtlijnen zijn:

- Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt en laat je testen: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, verhoging (vanaf 38 C°), verlies van reuk of smaak. Ga pas sporten nadat bij jou en/of je huisgenoten de klachten minimaal 24 uur weg zijn.
- Ontstaan er gezondheidsklachten tijdens het sporten, stop dan onmiddellijk en ga naar huis.
- Bij gezondheidsklachten van jezelf of huisgenoten meldt dit bij je trainer.
- Blijf minimaal 10 dagen thuis als iemand uit jouw huishouden positief getest is op covid-19. Volg hierin het advies van de GGD.
- Kom je net terug uit een land waar het Ministerie van Buitenlandse Zaken code Oranje of Rood voor af heeft gegeven is er voorgeschreven dat je minimaal 10 dagen in thuisquarantaine moet. Deze dagen mag je ook niet bij GVB aanwezig zijn.
- Blijf thuis als je het corona-virus hebt gehad volgens een laboratoriumtest, minimaal 10 dagen na de uitslag van de test.
- Was voor en na het sporten goed je handen.
- Schud geen handen en geef geen high-fives.
- Neem je eigen bidon/ drinkfles mee en drink niet uit de fles van iemand anders.
- Ga thuis naar het toilet voor en na het sporten.
- **Kleedkamers zijn gesloten.** Kom niet eerder dan 5 minuten voor aanvang van de les. Kleed je thuis om. Wissel alleen van schoenen en doe dit in de zaal.
- Verlaat na de les de zaal zo snel mogelijk waar mogelijk via de nooduitgang.
- Ouders/verzorgers wachten bij het ophalen van de sporters buiten.
- Maak gebruik van papieren zakdoekjes en gooi deze direct weg na gebruik.
- Er wordt aangeraden om regelmatig uw handen te wassen en sportmaterialen te desinfecteren na gebruik.
- Tijdens de training mag alleen eigen magnesiumblokjes gebruikt worden.
- Bij positieve test van Corona meld je dit bij de trainer en trainer meldt dit bij het bestuur op secretariaat@gvbarendrecht.nl

Trainingen

Er zijn geen leeftijdsgrenzen meer voor het mogen sporten. Aan 70+ ers wordt wel gevraagd om extra voorzichtig te zijn.

Tijdens trainingen probeer altijd 1,5 meter afstand te houden; Na het sporten geldt de afstandsregel wel voor iedereen van 19 jaar en ouder (buiten het eigen huishouden).

Uiteraard worden er ook door de trainers maatregelen getroffen om de lessen voor u of uw kind en de trainers zelf veilig te laten verlopen. De trainers volgen de instructies van de KNGU. Zij houden onder meer afstand van elkaar, de leerlingen en andere volwassenen, wassen vaker hun handen waar mogelijk zijn er in de



sportaccommodaties looproutes opgehangen om het halen en brengen zo veilig mogelijk te laten verlopen.

Mocht je twifelen of je naar de les kan komen neem dan contact op met de leiding van de groep. We zullen dan via de site van het RIVM proberen te achterhalen wat de beste beslissing is.

Wedstrijden & evenementen

GVB zal een gezondheidscheck uitvoeren bij alle bezoekers van 13 jaar en ouder (spelers, begeleiders en supporters) in de sportaccommodaties en hen te vragen hun contactgegevens beschikbaar te stellen ten behoeve van de uitvoering van een eventueel bron- en contactonderzoek door de GGD. Het gaat om de volgende gegevens:

- volledige naam;
- datum en aankomsttijd van het bezoek;
- e-mailadres;
- telefoonnummer;
- toestemming.

De gegevens zullen 14 dagen worden bewaard en vervolgens vernietigd. De gezondheidscheck wordt alleen gevraagd tijdens evenementen, zoals de wedstrijden en instuif.

Tijdens "normale" dagen is immers met behulp van het lesrooster altijd terug te kijken wie er wanneer in de sportaccommodatie is geweest.

Schoonmaak

De reguliere schoonmaak gebeurt onder verantwoordelijkheid van de accommodatie.



Handhaving

Alle regels in dit protocol zijn zorgvuldig opgesteld en hebben als doel om het sporten zo veilig mogelijk te laten verlopen. Hiermee hopen we risico's op corona besmetting door leden, trainers, vrijwilligers en ouders/verzorgers zoveel mogelijk te voorkomen.

Wij gaan er van uit dan eenieder die zich bij de sportaccommodatie begeeft, zich aan de afspraken in dit protocol zal houden en de aanwijzingen van trainers of vrijwilligers opvolgen. Met de gemeente hebben wij afgesproken dat we onder bovengenoemde voorwaarden iedereen weer mogen laten sporten. Wanneer blijkt dat de regels niet worden nageleefd kan de gemeente besluiten om wederom een algeheel verbod in te stellen om te sporten. Hiermee benadeelt u alle leden en de trainers, die daardoor hun werk niet kunnen doen.

Bovendien riskeert u persoonlijk een boete van maximaal € 390,-- een aantekening in het strafblad en een officiële waarschuwing vanuit de vereniging. De vereniging kan mogelijk een boete krijgen van maar liefst € 4000! Natuurlijk hopen wij dat het zo ver niet zal komen. We moeten samen door deze ingewikkelde periode heen en hebben elkaar nodig om dit zo prettig mogelijk te laten verlopen.

Wijzigingen

Dit protocol wordt aangepast bij nieuwe inzichten of aanpassingen van officiële richtlijnen. Wijzigingen zullen duidelijk herkenbaar worden aangegeven.

Wijzigingenoverzicht:

- 01-07-2020: het sporten in overdekte sportaccommodaties weer toegestaan. Er mag weer binnen worden gesport door alle doelgroepen in alle takken van sport. Voor alle leeftijdsgroepen geldt dat zij normaal spelcontact mogen hebben. Tijdens trainingen en wedstrijden hoeft bij contactsporten geen 1,5 meter afstand te worden gehouden.
- 29-09-2020: voor in ieder geval 3 weken geen publiek bij sportwedstrijden/trainingen. Je komt alleen naar binnen om te trainen daarna ga je direct weer naar huis toe. Bij uitwedstrijden van jeugdleden t/m 17 jaar vallen de benodigde chauffeurs onder teambegeleiding. Zij vallen dus niet onder de regel voor toeschouwers en mogen blijven kijken naar de wedstrijd. Rij zoveel mogelijk met elkaar mee met zo min mogelijk auto's. Tijdens wedstrijden zullen zijn alleen toegankelijk voor coaches, scheidsrechters, juryleden en ouders die voor het vervoer hebben gezorgd. Let op: De ontvangende clubs, kunnen aanvullende eisen stellen.
- 13-10-2020: Voor groepslessen bij individuele sporten geldt het maximale aantal van 30 personen per ruimte binnen. Er moet hier wel 1,5 meter in acht gehouden worden zover mogelijk. Er wordt geen competitie/wedstrijden gespeeld. Kinderen en volwassenen met klachten die kunnen wijzen op corona blijven thuis.
- 4-11-2020: Aanscherping van de maatregelen voor 2 weken.



Veel gestelde vragen

1. Is de turnzaal en de gemeentenzaal een publieke ruimte?

Ja, dat klopt. Deel het gebouw dat publiek toegankelijk is, wordt als publieke ruimte gezien.

2. Wat verstaan we onder 'individuele sport in groepsverband'?

De gymnsport is in de meeste gevallen geen groepsles. Met een groepsles wordt vanuit de overheid een les bedoeld met een algemene instructie aan iedereen tegelijk. Zolang er individuele instructies gegeven worden aan de sporters is het dus geen groepsles. De groepjes houden onderling 1,5 meter afstand, er is een duidelijke afbakening van de groepjes en zij mengen niet.

3. Aan welke eisen moet ik denken als ik een groepsles als een individuele les wil aan bieden?

Groepslessen voor volwassenen zijn nergens toegestaan. Dit verbod geldt voor groepslessen die binnen en buiten plaatsvinden. Voor trainingen /lessen voor volwassenen geldt binnen een maximum van 2 personen per groepje (exclusief instructeur, trainer, toezichthouder of vergelijkbare begeleider). Gebruik daarbij ook vooral het gezonde verstand bij het bepalen en afvragen of een bepaalde (inloop)training of les wel of niet kan en in welke vorm. Het moet goed uitlegbaar zijn naar de basisregels. Samengevat ons advies is om:

- Geen centrale instructie aan de groep gedurende de les.
- Er mogen maximaal 2 personen in vaste samenstelling bij elkaar trainen.
- Je mag mensen individuele instructie geven/ verbeteren.
- Je mag een trainingsschema uitdelen die ze zelfstandig moeten uitvoeren.

4. Moeten de sporters boven 18 jaar een mondkapje op?

Nee. Op basis van de NOC*NSF richtlijnen, wordt iedereen van 13 jaar en ouder dringend geadviseerd om een niet-medisch mondkapje te dragen in voor publiek toegankelijke binnenruimtes. Tijdens de sportbeoefening mag het mondkapje uiteraard af. Ouders die meedoen zoals bij ouder en kind zijn sportbeoefenaars op dat moment, dus geen masker, maar wel 1,5m afstand.

Het dringende advies luidt om als trainer een mondkapje te dragen. Beperk bovendien de duur van het vangen zo veel mogelijk bij sporters van 18 jaar en ouder

5. Hoe wordt het aantal van 30 geteld in de gemeentelijke gymzalen waar meerdere verenigingen tegelijk trainen?

In principe geldt iedere afzonderlijke deel van de zaal als een zelfstandige binnenruimte. We hanteren de volgende regels:

- Zaal wordt verhuurd in delen door de gemeente.



- Is er een separate ingang voor ieder deel van de zaal. Hoofdingang mag wel gedeeld zijn.
- Er is een scheidingswand tussen de delen.

Als een zaal aan alle drie eisen voldoet, wordt het als zelfstandige binnenruimte gezien. Dit is het geval voor GVB in de Waterpoort en Aksent. In beide gevallen, tel je alleen GVB leden mee.

6. Ik rijd mijn kind naar een training of thuiswedstrijd. Mag ik blijven kijken?

Nee. Als uw kind sport op de eigen sportaccommodatie, dan vallen chauffeurs niet onder teambegeleiding. Zij worden dan als toeschouwer gezien en mogen dus niet blijven kijken.

(Jongere) kinderen worden door de leiding naar de uitgang begeleid en aan de verzorgers overgedragen.

7. Mag de kleedkamer gebruikt worden voor het droog wegleggen van jassen en/of gebruik van het toilet?

De kleedkamer mag hoogstens als doorstroomruimte worden gebruikt (max. 5 min binnenblijven) om bijvoorbeeld schoenen uit te trekken. De kleedkamer mag niet gebruikt worden voor het droog wegleggen van tassen/jassen. Leg alle spullen in de zaal.

Toiletgebruik is wel toegestaan. Dus als toiletten in kleedkamers liggen mag de deur wel van het slot, maar voorkom drukte.