

Naar aanleiding van de versoepeling van de maatregelen en richtlijnen met betrekking tot het coronavirus, kan het beweegaanbod van In Opbouw weer van start gaan.

Vanaf 25 mei 2020 zullen clubXtra, sportXtra en Xplore gym worden gegeven volgens de richtlijnen van de RIVM (zie <https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/actueel>). Aangezien wij sportaanbieder zijn in Dronten, is dit protocol gedeeld met de gemeente Dronten.

Afspraken voor deelname aan het beweegaanbod van In Opbouw:

Deelnemers:

- Jeugd van 0 tot en met 12 jaar beweegt buiten onder begeleiding. Zij hoeven onderling geen afstand te bewaren tot elkaar, wel tot de lesgevers.
- Jeugd van 13 tot en met 18 jaar beweegt buiten onder begeleiding. Zij houden 1,5 m afstand tot elkaar en de lesgevers.
- Volwassenen boven 18 jaar bewegen buiten onder begeleiding. Zij houden 1,5 m afstand tot elkaar en de lesgevers.
- Omkleden voor- en naderhand doe je thuis. De kleedkamers worden niet gebruikt. Ga voordat je naar de les vertrekt thuis naar het toilet. Douchen doe je thuis.
- Neem een eigen bidon of flesje water mee voor tijdens de les.
- Kom maximaal 5 minuten voor de les en vertrek zo snel mogelijk na de les.
- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD).
- Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test.
- Blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Was je handen met water en zeep voor en na de les.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.

Ouders:

- Kom maximaal 5 minuten voor de les je kind brengen en maximaal 5 minuten voor het einde van de les je kind ophalen.
- Ouders mogen niet bij de lessen aanwezig zijn.
- Houd minimaal 1,5 m afstand tot andere ouders en lesgevers.

Lesgevers:

- Zij hebben geen onnodig fysiek contact met de deelnemers. Bij de jongste jeugd (groep 1 t/m 4) kan fysiek contact niet altijd worden voorkomen.
- Zij houden zich aan de hygiëneregels van het RIVM. Na een les worden alle gebruikte materialen schoongemaakt.

In Opbouw voelt zich verantwoordelijk voor de deelnemers van het beweegaanbod. De lesgevers zullen deelnemers en ouders aanspreken als zij zich niet houden aan de afspraken. Mochten er aanpassingen komen in de richtlijnen van de RIVM, dan worden de afspraken waar nodig aangepast.

Team In Opbouw