



Waterpolotrainingen Sportiom

Lees onderstaande afspraken goed door. Houd je eraan zodat we kunnen blijven zwemmen. Help elkaar om het 'coronazwemmen' mogelijk te maken en om zo snel mogelijk weer in het normale te komen. Volg ter plaatse de aanwijzingen van coronatoezichthouder. Toon respect voor elkaar en de afspraken die we hebben gemaakt.

Samen maken we als



het zwemmen mogelijk.

Algemeen, dus voor iedereen

1. Houd de voorgeschreven afstanden aan: personen ouder dan 12 jaar 1,5meter.
2. Blijf thuis als je één van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, benauwdheid of koorts.
3. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft totdat iedereen weer volledig hersteld is.
4. Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
5. Ga voorafgaande aan het training thuis naar het toilet.
6. Douche thuis voor en na het zwemmen
7. Trekt thuis je badkleding aan.
8. Ben niet eerder dan 10 minuten voor de afgesproken starttijd op de accommodatie.
9. Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op: trainers en toezichthouders.
10. Was voorafgaand aan het zwembadbezoek je handen met zeep, minimaal 20 seconden.
11. Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het minimum.
12. Beperk gebruik van niet noodzakelijke ruimten in de accommodatie.
13. Het is niet verplicht om te komen trainen.

Routing, omkleden, materialen

14. De route van aankomst en vertrek in het zwembad is duidelijk zichtbaar; aangegeven. (Via hoofdingang naar binnen, door kleedkamer 2 of 3, naar zwemzaal (**geen gebruik** van kleedhokken, zijn afgesloten), naar EHBO-hok)
15. Stop je kleding in een meegenomen sporttas en zet deze op een aangewezen plek, inclusief schoenen.
16. Na het zwemmen kun je je omkleden op dezelfde plek of in de daartoe aangewezen ruimtes.
17. Gebruik alleen je eigen materialen. **Houd deze gescheiden van andere materialen.**
18. Verlaat direct na het zwemmen de accommodatie via de routing naar de aangewezen uitgang.

Looproute terug

We pakken onze tas en gaan we door kleedkamer 5 en 6 rechts naar richting uitgang. Daarvoor zit links de ingang naar de zaalsporthallen. In deze hallen kleden we ons om. Er is een ruimte voor heren (links) en dames (rechts). Hierna lopen we naar de uitgang, we komen nu dus uit naast de trap van de hoofdingang en gaan gelijk naar huis.

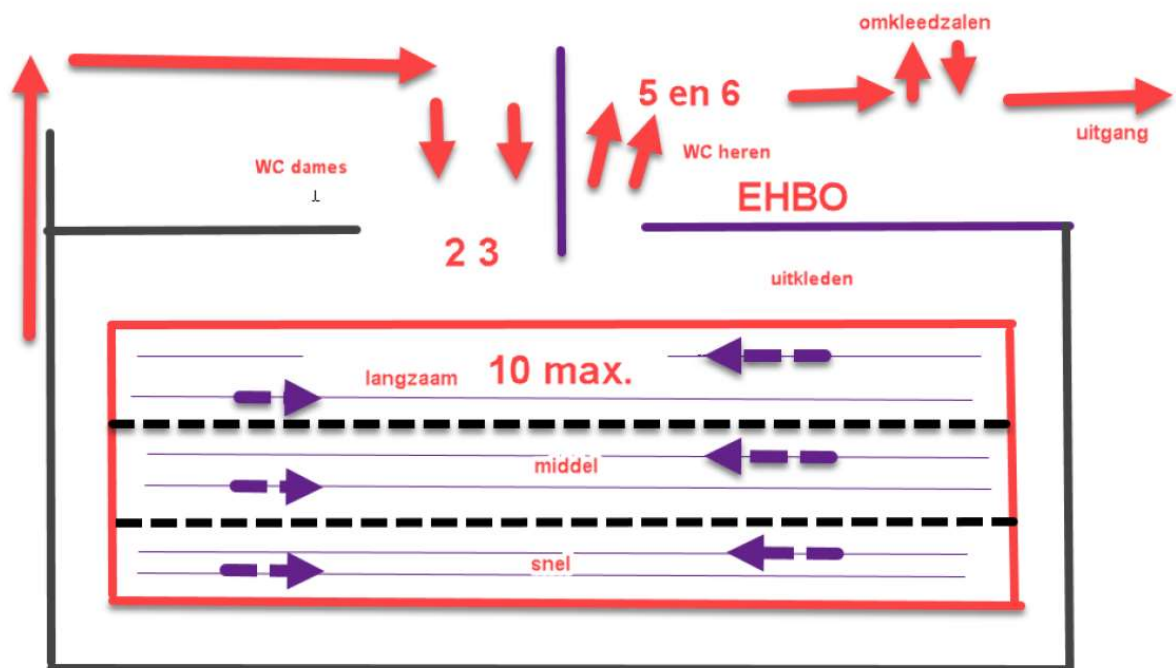
Wetenswaardigheden

- Zondagmorgen zijn wij de enige gebruikers van het zwembad, de SVG is reeds gestopt, de sportzalen en ijsbaan zijn leeg.
- De doelgroep die op zondag zwemt, zijn de heren 3 en 4 (afgelopen seizoen) enkele leden zonder startvergunning en twee dames. (35 personen totaal)
- Enkele toiletten zijn open voor noodgevallen.
- We kunnen zwemmen met maximaal 30 personen tegelijk.
- **Nog vragen**

Stephan Diesveld is toezichthouder te plaatse en Bram Mommers coronamanager van de vereniging, coronamanager@aquamigos.nl

Heb je vragen stel ze aan hen.

Stephan is te bereiken via Whatsapp 06-55156459.



Schematische plattegrond Sportiom