

Deze nieuwe regels gelden vanaf 19 oktober 2020.

### Voor de ouders en bezoekers geldt

Helaas is het sinds de maatregelen van 29 september niet meer mogelijk om langs de skeelerbaan de training te volgen. Wij verzoeken ouders en bezoekers om niet op het terrein van de Buitensport Accommodatie Oldebroek te komen, tenzij je gebruik maakt van het beweegpad tijdens je eigen sport-/beweegactiviteit of je begeeft naar je eigen sportactiviteit.

### Voor alle sporters en trainers geldt

- Gezond verstand gebruiken staat voorop;
- Kom niet trainen of ga na huis wanneer tijdens de training klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen;
- Houd 1,5 m afstand tot personen van 18 jaar of ouder (kinderen t/m 12 jaar hoeven dit niet)
- Was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie;
- Ga voordat je van huis vertrekt naar de wc.
- Kom bij voorkeur zelf op de fiets, met de auto of op de skeelers.
- De kantine is gesloten.
- De toiletten in het kantinegebouw zijn open.
- De EHBO doos staat in het halletje bij de toiletten.
- De coronaverantwoordelijk van de avond is herkenbaar aan zijn/haar hesje.
- Er wordt een lijst bijgehouden wie er op de training is, mocht er een coronabesmetting zijn dan is duidelijk wie er geïnformeerd moet worden.
- Wanneer er een looproute is aangegeven, dan volg je deze.
- Het dragen van een helm is voor sporters en trainers verplicht.
- Na afloop van de sportactiviteit dien je de skeelerbaan zo snel mogelijk verlaten.

## Leden t/m 17 jaar

### Training

Groep 1 t/m groep 6 (tm 12 jaar)

Elke dinsdag training op de **piste**;

Training start om 18.15 uur en duurt tot 19.15 uur.

Aankomst tussen 18.00 uur en 18.15 uur.

### Selectie & Opleiding

Elke dinsdag training op de **piste**

Training start om 19.30 uur en duurt tot 20.30 uur.

### Warming-up

Groep 1 tot en met 6: de warming up is vervallen.

Selectie & opleiding: individuele warming-up; je kunt inlopen om de piste of bij de fietsenstalling.

### Skeelers aan- en uitdoen piste

Iedereen die zelf zijn skeelers aantrekt doet dit op de bankjes bij de piste (voorbij het jurywagentje staan bankjes).

Mocht je niet zelf je skeelers aan kunnen trekken, dan vragen we aan de ouders om je kind in de 'kiss & ride' met skeelers en beschermers aan af te zetten en op te halen.

De 'kiss & ride' vind je op de parkeerplaats van de Talter. Laat je kind uitstappen of instappen op de aangegeven plaats en rijdt dan gelijk door naar je bestemming of naar een parkeerplaats waarbij je de algemene coronaregels in acht neemt. Laat je kinderen niet op een andere plek uit- of instappen.

### Bescherming

Iedereen tot en met 12 jaar draagt een **helm, knie-, elleboog- en polsbeschermers**. Heb je deze niet, dan kun je deze gratis lenen van de club.

### Proefles

Ouders komen niet binnen de accommodatie. Een uitzondering hierop is het brengen bij een eerste proefles. Nieuwe leden of proefleden melden zich eerst aan, via het [proeflesformulier](#). Dit in verband met de verplichte registratie van de aanwezigen.

### Weer

Mocht het er naar uitzien dat de piste nat is tijdens de training, dan wordt er een droogtraining aangeboden. Regent het dan vervalt de training.

## Recreanten en selectieleden 18 jaar en ouder

Voor sporters 18 jaar en ouder geldt bovendien:

- houdt altijd 1,5m afstand tot de ander niet behorend tot jouw huishouden;
- sporten kan individueel of in groepjes van maximaal 4 personen.
- Er kunnen meerdere groepjes naast elkaar sporten, als
  - de groepjes minimaal 1,5m afstand tot elkaar houden;
  - de groepjes zijn herkenbaar;
  - jouw groepje van 4 sporters traint zoveel mogelijk in vaste samenstelling en er wordt zo min mogelijk gewisseld tussen de groepen.

### Training

Elke dinsdag op de 400m **baan**

Training start om 19.30 uur en duurt tot 20.30 uur.

### Warming-up

Warming-up start om 19.15 uur op de 400m baan.

In verband met einde training jeugd vragen we om of voor 19.15 uur aanwezig te zijn of na 19.25 uur.

### Skeelers aan- en uittrekken baan

Bij de baan zijn stoelen beschikbaar om je skeelers aan te trekken. Deze stoelen staan op minimaal 1,5 m afstand van elkaar.

### **Training**

Er mag niet meer gezamenlijk verzameld worden.

Deelnemers worden ingedeeld in een trainingsgroepje van 4 personen.

De trainers zorgen ervoor dat er in de clubapp of de specifieke groepsapp het trainingsprogramma voor die avond beschikbaar is.

De herkenbaarheid borgen we door het dragen van spellinten of banden.

### **Weer**

Mocht het er naar uitzien dat de piste nat is tijdens de training, dan wordt er een droogtraining aangeboden. Regent het dan vervalt de training.

### **Proefles**

Nieuwe leden of proefleden melden zich eerst aan, via het [proeflesformulier](#). Dit in verband met de verplichte registratie van de aanwezigen.

## **Trainers**

### **Skeelers aan- en uitdoen**

Trainers die training geven op de piste trekken hun skeelers aan bij de piste.

Trainers die training geven op de baan trekken hun skeelers aan bij de baan.

### **Registratie aanwezigen**

De trainer registreert in Dropbox (link in trainersapp) de aanwezige sporters en trainers van elke trainingsavond.

### **Trainingsprogramma**

Trainers die training verzorgen aan sporters van 18 jaar en ouder zijn verantwoordelijk voor het doorgeven van het trainingsprogramma aan de deelnemers voorafgaand aan de training.

De trainer beperkt de instructie voor sporters van 18 jaar en ouder.

Trainers wijzen de sporters ook op de hierboven genoemde regels.

Je mag als trainer een sporter weigeren of naar huis sturen bij (vermoeden) van klachten, zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, of koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak;

Het bestuur van skeelerclub Oldebroek is verantwoordelijk voor de juiste uitvoering van de coronamaatregelen, maar dat kan niet zonder jullie hulp, van leden en hun ouders.

Mocht blijken dat er andere maatregelen of trainingstijden nodig zijn dan volgt zo snel mogelijk een update.

[Protocol verantwoord sporten](#)

[Noodverordening](#)

[Sportspecifiek protocol KNSB](#)