

Heropstart competitie

Regels en afspraken

ALGEMEEN

Voor de zwemmers

- jullie mogen het zwembad pas **5 minuten voor aanvang** van de training betreden. Samenkomen en elkaar opwachten in de inkomhal mag dus NIET.
- alle zwemmers van 12 jaar of ouder zijn **VERPLICHT** een **mondmasker** te dragen bij het betreden van de inkomhal. Eenmaal aan het bad (bij het omkleden) mag het mondmasker afgezet worden.
- jullie komen omgekleed toe op de training (zwemkledij onder gewone kledij)
- doe de schoenen uit alvorens de natte zone te betreden
- omkleden gebeurt in het zwembad, in de hoek aan baan 1. Kledij en schoenen worden in de zwemzak gestopt, zwemzakken worden op betonnen rand geplaatst aan baan 1.
- breng je eigen materiaal mee (plank, vlotter, paddels,...)
- gebruik zo weinig mogelijk het sanitair (toilet). Je mag steeds naar het toilet gaan, maar hou er rekening mee dat dit nadien ontsmet dient te worden.
- na de training: **NIET douchen**, direct gaan omkleden in grote omkleedkabinen (er worden GEEN individuele omkleedkabinen gebruikt)
- gebruik je eigen handgel om handen te wassen bij betreden/verlaten zwembad, bij toiletbezoek,...
- respecteer de regels i.v.m. social distance: geen contact met zwemmers uit andere groepen, voldoende afstand houden (1,5 m)

Voor de ouders

Wij vragen nadrukkelijk om enkel uw kind af te zetten en op te halen.
Gelieve de inkomhal niet te betreden.

Indien u de inkomhal toch wenst te betreden, is het dragen van een mondmasker VERPLICHT.

De zetels en de stoelen/tafels in de inkomhal zijn afgesloten, net zoals de toiletten.

Wat te doen bij symptomen?

Bij symptomen: hoesten, niezen, geur- en/of smaakverlies, koorts of ademhalingsproblemen
→ blijf thuis!

Indien de trainer tijdens de training één of meerdere van deze symptomen vaststelt, zal hij de zwemmer naar huis sturen.

Indien er een positieve coronatest wordt afgenomen, moet zowel de trainer(s) als het bestuur op de hoogte gebracht worden. Zie website voor gegevens.

De volledige groep (inclusief trainer) zal 2 weken verplicht in quarantaine geplaatst worden.

VERLOOP TRAININGEN

Maandag

Training van 20u tot 21u.

Inkomhal betreden vanaf **19u 55**.

Zwemmers gaan **binnen via de grijze deur** tussen de grote omkleedkabinen en de individuele omkleedkabinen.

Na de training: omkleden in de grote omkleedkabinen

- meisjes: omkleedkabine 1
- jongens: omkleedkabine 2

Dinsdag en donderdag

Training van 18u 30 tot 20u 15.

Inkomhal betreden vanaf **18u 25**.

Zwemmers gaan **binnen via de blauwe deur** op het einde van de gang.

Na de training: omkleden in de grote omkleedkabinen

- meisjes: omkleedkabine 3
- jongens: omkleedkabine 4

Vrijdag

Training van 19u 30 tot 21u.

Inkomhal betreden vanaf **19u 25**.

Zwemmers volgen instructies trainer op i.v.m. betreden van het zwembad.

Na de training: omkleden in de grote omkleedkabinen

- meisjes: omkleedkabine 1
- jongens: omkleedkabine 2

Zaterdag

Training van 11u tot 12u 30.

Inkomhal betreden vanaf **10u 55**.

Zwemmers volgen instructies trainer op i.v.m. betreden van het zwembad.

Na de training: omkleden in de grote omkleedkabinen

- meisjes: omkleedkabine 1
- jongens: omkleedkabine 2