

Beste leden,

We hebben goed nieuws! We mogen weer gebruik maken van het zwembad, maar uiteraard met de nodige maatregelen.

In deze brief geven we u een toelichting op het één en ander.

Als vereniging zijn we heel blij dat er weer getraind kan worden, maar we realiseren ons ook dat het anders dan dat we dat gewend waren en ook dat we helaas niet aan alle trainingsuren kunnen voldoen, die we gewend waren. Maar laten vooral met elkaar genieten van wat er wel mogelijk is. Helaas zijn niet alle trainers beschikbaar en om die reden hebben we moeten besluiten om op maandagavond de training te laten vervallen. Het trainingsschema staat onderaan in deze brief.

We willen een ieder op het hart drukken dat iedereen zich aan de regels van het zwembad moet houden en volg de instructies van de trainers en de corona-coördinatoren op.

We hebben ons te houden aan het protocol van het zwembad. Hieronder de regels waar wij ons aan dienen te houden.

Voor zwemmers:

1. Houd de door het RIVM voorgeschreven afstanden aan. Thans 1,5 meter voor personen ouder dan 12 jaar;
2. Kom alleen op vooraf besproken tijden;
3. Kom alleen of kom met personen uit jouw huishouden;
4. Kom met persoonlijk vervoer: zoals te voet, met de fiets of auto.
5. Kom niet eerder dan 10 minuten voor de afgesproken starttijd naar de accommodatie;
6. Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op;
7. Ga voorafgaand aan het zwembadbezoek thuis naar het toilet;
8. Trek thuis je badkleding aan. Op een aangeduide locatie in de badinrichting hoef je als zwemmer alleen de 'overkleding' uit te trekken en in een meegenomen sporttas mee te nemen naar een aangewezen plek, inclusief schoenen. Na het zwemmen kan je jezelf omkleden in de daartoe aangewezen ruimtes;
9. Was voorafgaand aan het zwembadbezoek je handen met zeep, minimaal 20 seconden;
10. Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het noodzakelijke minimum;
11. Betaal met pin of contactloos (pin of mobiel);
12. Beperk gebruik van niet noodzakelijke ruimten in de accommodatie; 13. Douche thuis voor en na het zwemmen;
13. Verlaat direct na het zwemmen de accommodatie zo spoedig mogelijk via de routing naar de aangewezen uitgang.

Alle bezoekers komen aan de achterzijde van het pand binnen(grote parkeerterrein), vervolgen hun weg via de doorgang naast het koffieapparaat naar de kleedruimten sporthal. Voor de trap houden zij rechts aan en kiezen een kleedruimte die zij aan de kant van de sporthal ingaan.

De kleedruimten zijn voorzien van nummers, 1 tot en met 6. De 1e drie zijn voor de heren, de andere drie zijn voor de dames. Via de andere deur (normale toegangsdeur) verlaten zij de kleedruimte en lopen door de gang, voor de voordeur langs, de horeca in en nemen de deur naar de zwemzaal. Het hekje dat normaal doorgang geeft naar de droge gang, komt dicht en er

komt een verbodsbord op. Door middel van lijnen op de grond, borden op de wanden geven wij de route ook aan. De tassen kunnen daarna geplaatst worden op de banken aan de zijde van het raam.

Volg in het zwembad de instructie van de trainer(s).

NB: Volg altijd de routing die is aangegeven!!!

De trainers mogen geen training geven vanuit het water!

Omkleden zal plaats vinden in de wisselcabines, hier is de afstand tussen de bezoekers dan al gewaarborgd.

Door middel van bordjes-gesealde flyers zullen alle maatregelen ook allemaal aangegeven worden. Doucheruimten mogen niet gebruikt worden. Toilet mag in uiterste nood gebruikt worden en zal direct na gebruik gedesinfecteerd worden. De uitgang zal zolang deze maatregel van kracht is zijn door de nooddeur droge gang.

Overal zullen mogelijkheden zijn om handen te wassen en te desinfecteren, met daarbij de handen was instructie

Let wel, je moet jouw badkleding onder jouw kleding dragen, alles moet in een tas meegenomen worden naar de zwemzaal. Daarnaast kan er geen gebruik gemaakt worden van de douche en uit hoge nood kan er gebruik gemaakt worden van het toilet. Ook is de horeca gesloten.

Voor ouders:

1. Het is niet de bedoeling dat je als ouder/verzorger als toeschouwer aanwezig bent op de badinrichting. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kinderen.
2. Direct na de training haalt de ouder/verzorger de kinderen van de badinrichting/afgesproken plek, als de kinderen zich niet zelf kunnen redden met het aankleden. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.
3. Er is absoluut geen fysiek contact tussen het kind en de trainer.
4. Ouders/verzorgers houden 1,5 meter afstand van de trainers en van de andere ouders/begeleiders.
5. Voor ouders/verzorgers geldt dat ze het gebouw tijdens de training verlaten en niet samenscholen in de directe omgeving van het gebouw.

Het trainingsschema ziet er als volgt uit:

Onze voorzitter Luit Timmer is de eerste 2 weken bij aanvang van iedere training aanwezig.

Maandag (18:00 – 18:45)

Deze trainingsavond komt te vervallen.

Dinsdag (18:45 – 20:45)

Waterpolo

Er mag geen wedstrijd gespeeld worden. Alleen conditietraining mag en er moet rekening worden gehouden met de 1,5 meter restrictie.

Woensdag (18:00 – 19:30)

Trainer: Luit Timmer

Corona-coördinatoren: Jenny Klomp en Denise Smit (reserve: Monique/Edwin van der Putten)

De leden van 13 jaar en ouder zowel recreanten als wedstrijdzwemmers kunnen hieraan mee doen. Deze groep dient rekening te houden met de 1,5 meter restrictie.

Donderdag (18:00 – 19:00)

Trainers: Winie Veenstra en Janneke Knegtering

Corona-coördinatoren: Marjon Pot en Janine of Andres Mol

Deze training is voor de recreanten, polo-jeugd en wedstrijdzwemmers tot en met de leeftijd van 12 jaar. Deze groep mag met elkaar en bij elkaar zwemmen.

Vrijdag (18:00 – 19:15)

Trainers: Chantal Wind en Angela Hemme

Corona-coördinatoren: Clarie Kregmeijer en Monique Timmer

Deze training is voor leden van 13 jaar en ouder, zowel recreanten en wedstrijdzwemmers kunnen hieraan meedoen. Deze groep dient rekening te houden met de 1,5 meter restrictie.

Masters (19:15 – 20:15)

Trainers: Chantal Wind en Angela Hemme

Deze training is voor de masters. Deze groep dient rekening te houden met de 1,5 meter restrictie.

NB: Donderdag 21 mei is het Hemelvaartsdag en komt de training te vervallen.

Tot slot!

We wensen iedereen weer heel veel plezier bij de trainingen!

Met vriendelijke groet,

Het bestuur van De Plons, de trainers, de waterpolocommissie en de zwemcommissie.

