

Protocol jeugdathletiek bij AV Altis en AV Triathlon

Versie 1.2 - 7 mei 2020 – check voor de meest recente versie altijd altis.nl of avtriathlon.nl

Inleiding

Vanaf woensdag 29 april mogen kinderen t/m 12 jaar (pupillen ABCD en junioren D1) en de jeugd van 13 t/m 18 jaar (junioren D2, C, B en A1), onder begeleiding, weer samen trainen. Onder dit protocol vallen ook de aangepast sporters in deze leeftijdscategorieën.

De renovatie van de atletiekbaan Schothorst wordt pas in de loop van mei afgerond en deze is daardoor nu nog niet toegankelijk. De trainingsaccommodatie Birkhoven is open, maar daar kan nog niet op het grasveld en de grasstroken worden getraind. Het grasveld voor het clubhuis is wel te gebruiken. Onze jeugdathletiek zal hierdoor gefaseerd gaan starten.

In dit protocol zijn de landelijke en gemeentelijke richtlijnen uitgewerkt. Ons doel is op een verantwoorde wijze weer te gaan trainen. Daarbij is de hulp van alle betrokkenen (atleten, ouders, trainers, begeleiders en andere vrijwilligers) nodig.

Uitgangspunten

- Veilig en gezond kunnen sporten, daar gaat het om. Dus volg de veiligheids- en hygiëneregels die gelden voor iedereen. Check rivm.nl voor meer informatie. Zie ook onder kopje “veiligheids- en hygiëne maatregelen”.
- Het is van het grootste belang de richtlijnen in dit protocol te volgen:
 - Bij een overtreding kunnen trainers de atleet/atleten (tijdelijk) uitsluiten van deelname aan trainingen.
 - Een gevolg van overtreding kan ook zijn het opleggen van boetes door politie en gemeente of het weer sluiten van de accommodatie.
- Afhankelijk van de ontwikkelingen kunnen aanpassingen in dit protocol nodig zijn.
- Als we samen onze verantwoordelijkheid nemen en de richtlijnen goed volgen dan kunnen we zo snel mogelijk weer opschalen naar senioren, masters en alle loopsport-groepen.



Coronateam Altis

Altis heeft een Coronateam dat de opstart coördineert en de uitvoering monitort (ook met het oog op de mogelijkheid dat we kunnen opschalen naar andere groepen). Het team maakt ook afspraken met trainers en vrijwilligers over de praktische uitvoering van dit protocol tijdens trainingen.

Dit team bestaat uit Mariet van der Burgt, coördinator (bestuur), Jolanda van den Hoven (beheercommissie), Joost Bol (bestuur), Harold Schepers (atletiekcommissie), Geert de Blécourt (loopsportcommissie), Mark van Hoorn (namens de trainers) en Eefke Vroemen (namens de ouders).

Vragen kunnen gesteld worden via secretaris@altis.nl

Coronateam AV Triathlon

Ook vanuit AV Triathlon is een Coronateam samengesteld voor club brede coördinatie & monitoring voor het opstarten van de trainingen. Dit team is samengesteld uit Lex Borghans (Voorzitter), Paul Wessels, coördinatie (Bestuur), Ruud van Basten (Beheercommissie), Christl Foekema (Trainerscommissie), Bart Götte (Jeugdcommissie), en Lammert Landman (namens de ouders).

Vragen kunnen gesteld worden via secretaris@avtriathlon.nl

De coronateams van AV Altis en AV Triathlon hebben frequent onderling contact om samen invulling te geven aan het beleid in een continue veranderende context. Als ook met Hans de Ridder (beheerder van de atletiekbaan Schothorst), SRO, gemeente, etc.

Gefaseerd starten AV Triathlon

We starten per groep op verschillende dagen en mogelijk op andere tijdstippen en locaties dan jullie gewend zijn. Voornamelijk is dit het rooster maar hou rekening met wijzigingen.

Mogelijk start jouw groep al eerder. Hou je trainingsapp in de gaten!

Voor overige trainingsroosters: Rooster met 15 minuten vrije 'wisselruimte' houden om teveel drukte te voorkomen.

Groep AV Triathlon (trainers)	Trainingen	Tijdstip	Locatie
Pupillen ABCD	Elke zaterdag vanaf 11 mei	09:00-11:00	Trainingsaccommodatie Birkhoven
Pupillen C/D/A1	Elke maandag vanaf 11 mei	17:30-19:30	Trainingsaccommodatie Birkhoven
Pupillen B	Elke woensdag vanaf 11 mei	17:30-18:30	Trainingsaccommodatie Birkhoven
Pupillen A2	Elke donderdag vanaf 11 mei	18:00-19:30	Trainingsaccommodatie Birkhoven
11- en 12-jarige D1-junioren van AV Triathlon	Elke maandag & donderdag vanaf 11 mei	18:00-19:30	Trainingsaccommodatie Birkhoven
Junioren MiLa AV Triathlon (Hans Jansen & Frank van 't Klooster)	Elke dinsdag & zaterdag vanaf 11 mei	09:00-10:30 (za) 18:00-19:00 (di)	Trainingsaccommodatie Birkhoven
Junioren Bostraining (Rene van der Veen, Albert Post, Guus Tourne)	Elke zaterdag vanaf 11 mei	09:00-10:30	Trainingsaccommodatie Birkhoven
Junioren MiLa AV Triathlon (Team Aart)	Elke zaterdag, dinsdag & donderdag vanaf 11 mei	18:30-20:00 (di) 18:30-19:30 (do) 09:00-10:30 (za)	Trainingsaccommodatie Birkhoven (tot Schothorst open is)
Junioren A/B/C/D2 Baantraining (Albert Post, Marjon Broersen, Peter Jansons, Ruben Broer, Wiep van Apeldoorn, Chaja Plochg, Guus Tourne, Henk Lijzenga, Jibbe Teeuwisse, Ties van Bakel, Laurens van Hofslot)	Starten op maandag & donderdag <u>zodra atletiekbaan Schothorst gereed is.</u>	18:00-19:30 (ma) 18:30-20:30 (do)	Trainingsaccommodatie Schothorst
Junioren C/D Specialisatie training Werpen (Inger van Duijl)	Maandag	nmb	Baan Schothorst
Racerunners AV Triathlon (Henriette Stemerding)	Maandag 11 en 18 mei	17.00 - 18.15	Trainingsaccommodatie Birkhoven
Racerunners AV Triathlon (Henriette Stemerding)	Starten op maandag <u>zodra atletiekbaan Schothorst gereed is</u>	17.00 - 18.15	Trainingsaccommodatie Schothorst

Na de eerste trainingen evalueren we hoe dit gaat en kan worden besloten het aantal trainingen uit te breiden. Dit zal ook worden afgestemd op de (mogelijke) start van senioren, masters, en overige sportgroepen.

Gebruiksregels accommodaties (op Schothorst geldend na opening)

- Op Birkhoven en Schothorst blijven de clubhuizen dicht.
- Toiletten, op de begane grond, kunnen alleen gebruikt worden na toestemming van een trainer. Kleedkamers & douches zijn vooralsnog gesloten. Alleen trainers, pupillen, junioren ABCD en vrijwilligers (door AV Altis of AV Triathlon afgesproken) mogen op de accommodatie komen. De accommodaties blijven gesloten voor alle sporters boven de 18 jaar.
- Op beide accommodaties geldt éénrichtingsverkeer: tegen de klok in, zoals tijdens wedstrijden op de baan wordt hardgelopen. Dit geldt ook als je van bijvoorbeeld het zijterrein teruggaat naar de uitgang. De verenigingen/SRO zorgen voor markeringen.
- Bos Birkhoven is toegankelijk voor sportgroepen mits onder herkenbare begeleiding.

Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes; Gooi deze na gebruik direct weg.
- Ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- Was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- Was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie;
- Douche thuis en niet op de sportlocatie;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen, geef geen high-fives, e.d. (geldt ook voor kinderen t/m 12 jaar);
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de training aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.

Voor trainers, begeleiders en vrijwilligers die betrokken zijn bij de trainingen

- Bereid je training goed voor. Voor 13 t/m 18 geldt de 1,5 meter afstand ook onderling;
- Zorg dat er in de leeftijdsgroep van 13 t/m 18 jaar zo min mogelijk materialen gedeeld worden;
- Vermenging van de leeftijdsgroepen kinderen t/m 12 jaar en jeugd van 13 t/m 18 jaar is op geen enkel moment toegestaan – D1 en D2 junioren worden daarom gesplitst in een groep t/m 12 en een groep van 13-jarigen;
- Zorg dat de training klaar staat als spelers het veld op komen zodat je gelijk kunt beginnen;
- Maak vooraf de regels aan kinderen duidelijk, met name voor de groep 13 t/m 18-jarigen waarbij tijdens het sporten 1,5 meter afstand moet worden gehouden;
- Ga voorafgaand aan de training na bij de spelers of zij of hun gezinsleden geen klachten hebben of een gezinslid recent positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19);
- Laat spelers geen handen schudden en wijs op het belang van handen wassen;
- Help spelers om de regels zo goed mogelijk uit te voeren, spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- Houd 1,5 meter afstand met al je spelers en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);
- Weet bij voorkeur wie er aanwezig zijn bij de training, zowel leden als niet-leden.
- Volg voorschriften op locatie voor het gebruik en schoonmaak van materialen;
- Laat atleten niet eerder toe dan 10 minuten voor de starttijd van de training. De atleten moeten na afloop direct vertrekken;
- Laat de atleten via de speciale looproutes het complex verlaten. Wijs ze erop dat ze na de training direct naar huis gaan;
- Zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de training, tenzij dat dat in specifieke gevallen noodzakelijk is;
- Was of desinfecteer je handen voor en na iedere training.

Voor sporters

- Meld je tijdig aan/af voor de training via de gebruikelijke kanalen;
- Kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de sportlocatie. Zet je fiets direct in de fietsenstalling en ga direct naar het deel van de accommodatie waar je je moet melden. De trainers zullen vooraf communiceren waar je je moet melden en het terrein delen we in herkenbare sectoren in;
- Word je gebracht en gehaald. Laat je bij aankomst afzetten voor op de parkeerplaats (Altis) of bij buiten bij clubhuis (AV Triathlon) en ga gelijk naar het deel van de accommodatie waar jij moet zijn. Bij het ophalen wacht je ouder of verzorger op de parkeerplaats of buiten bij clubhuis. Loop daarnaartoe en ga zo snel mogelijk naar huis;
- Kom in sportkleding de accommodatie. Kom trainen in je herkenbare clubtenuue en neem een extra shirt mee;

- De kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang naar Altis en loop gelijk naar het deel van de accommodatie waar jij moet zijn;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de trainers, begeleiders en bestuursleden;
- Sporters van 13 t/m 18 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere sporters. Bij sporters t/m 12 jaar is deze afstandsbeperking onderling niet aan de orde;
- We verzoeken de atleten om niet te spugen.
- Neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- Verlaat direct na de training de accommodatie, doch uiterlijk binnen 10 minuten na afloop van de training. Ga zoveel mogelijk alleen naar huis.

Voor ouders en verzorgers

- Informeer je kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de trainers en begeleiders opvolgen;
- Meld je kind(eren) tijdig aan voor de training via de app (pupillen), Spond (junioren CD) of e-mail (junioren AB);
- Stem met je kind je contactgegevens af, zoals een 06-nummer;
- Breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportlocatie. Als je met de auto komt, zet je kind(eren) af op de parkeerplaats en rijd gelijk weer door (kiss & ride). Op Birkhoven mogen pupillen begeleid worden naar de accommodatie.
- Als ouder/verzorger/begeleider heb je geen toegang tot de accommodatie (met uitzondering van door AV Altis of AV Triathlon aangewezen begeleiders). Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren);
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training aan bij Altis/AV Triathlon. Kom na afloop niet eerder dan 10 minuten voor het einde van de training van je kind aan bij de accommodatie. Rijd naar de parkeerplaats en blijf daar zoveel mogelijk in de auto wachten op je kind. Ook als je op de fiets komt vragen wij je te wachten op de parkeerplaats en niet voor het hek. Houd de 1,5 meter afstand in acht;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de trainers, begeleiders en bestuursleden.

Allemaal heel hartelijk dank voor jullie medewerking. Met ieders inzet gaat het lukken om voortvarend, veilig en vertrouwd te kunnen sporten.