



Spelregels om veilig te sporten:

Gezondheid

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop
- Houd je kind thuis als hij of zij verkouden of griepig is (neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts), ook bij milde klachten!
- Houd uw kind thuis als iemand in het 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
- Houd uw kind thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet uw kind thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact
- Informeer je kind over de algemene veiligheids- en hygiëneregels
 - hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes
 - was je handen voor en na de training goed (minimaal 20 seconden)
 - vermijd het aanraken van je gezicht
 - Voor de leeftijd vanaf 18 jaar: houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van je trainingsmaatjes en je trainer
 - Voor de leeftijd 12 t/m 18 jaar houdt zoveel mogelijk afstand tot de trainer. De trainer mag hulp verlenen als dat nodig is.
 - Voor de leeftijd t/m 11 jaar hoeft geen afstand tot de trainer gehouden te worden
- Volg altijd de aanwijzingen op van de trainer.

Logistiek Algemeen

- Lessen eindigen 10 min voor de 'normale' eindtijd, zo voorkomen we drukte bij het halen en brengen
- Je kind is alleen welkom wanneer er een activiteit voor jouw kind gepland staat
- Laat je kind zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de locatie gaan als hij/zij oud genoeg en in staat is
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit op de gymlocatie
- Als ouder/verzorger/begeleider heb je geen toegang tot de zaal en verenigingsruimte
- De kleedkamers zijn weer open, dus uw kind/u kunt zich in de zaal omkleden. Houd er echter rekening mee dat u als ouder niet mee het gebouw in mag. Het kan dus alsnog makkelijk zijn om thuis de gym/turnkleding al aan te doen/onder de normale kleding aan te doen.
- Geef uw kind zijn eigen drankbidon mee
- Probeer de WC's zo min mogelijk te gebruiken! Dus ga thuis voor de training nog even naar het toilet.

Logistiek gym- en turnzaal De Voorsprong

- Zet uw kind af aan het begin van het pad naar de gymzaal en laat hem/haar zelf naar de toegangsdeur lopen en binnen gaan om zo drukte in de aankomstruimte en kleedkamers te voorkomen.

Logistiek gymzaal Frans de Vette

- De trainer/trainster wacht buiten bij het hek de kinderen op om samen naar boven te gaan. Zo voorkomen we drukte op de trap en in de kleedkamers
- De trainer zal na afloop de kinderen weer naar buiten begeleiden en naar het hek brengen. Houdt met het wachten rekening met 1,5 meter afstand.