

Beste leden,

Het nieuwe seizoen gaat op maandag 3 augustus alweer van start, dit betekend dat alle afdelingen vanaf de bovengenoemde datum gaan opstarten. De startdatum is per afdeling verschillend, dit is op de [website](#) zichtbaar en eveneens wordt dit via de mail gecommuniceerd.

Zoals eenieder wel bekend is de coronacrisis nog niet voorbij, wel zijn er veel versoepelingen doorgevoerd waardoor wij als vereniging weer bijna terug kunnen naar het 'normale'. Het bestuur van ZWK Merlet committeert zich aan de richtlijnen welke zijn opgenomen in het [protocol](#) dat is opgesteld door de KNZB in samenwerking met de zwembadbrache.

Als bestuur verwachten wij dat alle leden kennis hebben genomen van dit document en zich ook ten alle tijden zullen houden aan de regels. Voor vraagstukken kan er contact opgenomen worden met Teun Strijbosch via voorzitter@zkwmerlet.nl.

Met sportieve groet,

Bestuur ZWK Merlet Cuijk



Algemene richtlijnen

Veiligheid en hygiëneregels voor iedereen (op basis van Richtlijnen RIVM):

- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer 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 waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
- Blijf thuis als je het coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een test) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
- Blijft thuis als je in thuisisolatie bent omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen en jongeren tot 18 jaar onderling en kinderen tot en met 12 jaar tot volwassenen);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes²;
- Ga voordat je van huis vertrekt, thuis naar het toilet;
- Was voorafgaand aan en na het zwembadbezoek je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- Was de handen met water en zeep als je handen mogelijk besmet zijn: na het aanraken van objecten waar veel mensen aanzitten (deurknoppen, pinapparaten, afstandsbediening, etc.); na een toiletbezoek; na hoesten, niezen in de handen; na het snuiten van de neus;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen;
- Zingen en schreeuwen is niet toegestaan.

Voor activiteiten van ZWK Merlet:

- Tijdens de activiteit geldt er geen afstandsbeperking;
- Direct na de activiteit dient de 1,5 meter-norm weer in acht genomen te worden voor eenieder ouder dan 18 jaar;
- Volg altijd de aanwijzingen van de trainer op;
- Er wordt niet meer gewerkt met een specifiek toezichthouder, de trainer zal deze taak op zich nemen;
- Specifieke richtlijnen per afdeling worden onderstaand benoemd als deze afwijken van de algemene regels.

Bezoek van het zwembad:

Routing:

- De 'normale' routing is weer te gebruiken met behoud van 1,5 meter afstand (uitgezonderd kinderen en jongeren t/m 17 jaar).

Omkleden:

- De wisselcabines en gemeenschappelijke kleedruimtes zijn toegankelijk (in de gemeenschappelijke kleedruimte dient men 1,5 meter afstand te bewaren (uitgezonderd kinderen en jongeren t/m 17 jaar));
- Kleding mag **niet** in de wisselcabine of gemeenschappelijke kleedruimte blijven liggen, gebruik een locker of neem de kleding mee in je tas het zwembad in.

Douche en toiletgebruik:

- Ga voorafgaand aan de training thuis naar het toilet, toiletbezoek is enkel mogelijk bij hoge nood;
- Douches mogen gebruikt worden mits de afstandsregels blijven gehandhaafd (1,5 meter voor volwassenen vanaf 18 jaar).

Gebruik van materialen:

- Materialen voor gezamenlijk gebruik zijn toegestaan.

Richtlijnen afdelingen

Vrienden van Merlet

- Het 25 meter bad is in principe enkel bedoeld voor banenzwemmen, de afstandbeperking is dan niet van kracht;
- Wordt het 25 meter bad gebruikt voor recreatief zwemmen geldt de 1,5 meter-norm (uitgezonderd kinderen en jongeren t/m 17 jaar en personen uit hetzelfde huishouden);
- In het doelgroepenbad geldt de 1,5 meter-norm (uitgezonderd kinderen en jongeren t/m 17 jaar en personen uit hetzelfde huishouden).

Dolfijnen

- In het 25 meter bad is de afstandbeperking niet van kracht;
- In het doelgroepenbad geldt de 1,5 meter-norm (uitgezonderd kinderen en jongeren t/m 17 jaar en personen uit hetzelfde huishouden);
- Specifieke aanpassingen en/of richtlijnen voor deze doelgroep worden via de mail gecommuniceerd.