

## Gedeeltelijke heropstart LZV Competitie – Masters – Recreatie n.a.v. COVID – 19

Vanaf maandag 04 januari 2021 kunnen we terug gedeeltelijk opstarten. Om volledig in regel te zijn met de opgelegde reglementen, hebben wij **enkele wijzigingen** moeten aanbrengen.

### Competitie:

De zwemmers jonger dan 13 jaar worden in twee sportbubbels gesplitst. Zij zullen zwemmen in baan 1 en 2. De zwemmers ouder dan 13 jaar worden in sportbubbels van max. vier zwemmers gesplitst. Hierbij zijn we uitgegaan van de zwemmers waarvan we al weten dat ze in 2021 zullen zwemmen. Uiteraard herbekijken we de situatie bij wijzigingen. **De bubbels mogen geen fysiek contact met elkaar hebben.** Per bubbel is er één baan voorzien. **Alle informatie kan je vinden in het bijgevoegde excel – document m.b.t. wie wanneer kan komen zwemmen.**

### Recreatie (baan Rudi):

De zwemmers die vorig jaar op maandag en woensdag om 20u in de baan bij Rudi zwommen, kunnen tot nader bericht niet heropstarten. Van zodra dat er versoepelingen zijn, herevalueren we de huidige situatie en bekijken we nieuwe mogelijkheden.

### Masters:

Jullie kunnen in jullie bubbel op zaterdag komen zwemmen. **Alle informatie kan je vinden in het bijgevoegde excel – document m.b.t. welke bubbel wanneer kan komen zwemmen.**

We begrijpen dat dit een vervelende situatie is. Op dit moment is dit echter het hoogst haalbare. Van zodra dat er versoepelingen zijn, herevalueren we de huidige situatie en bekijken we nieuwe mogelijkheden.

### Hoe kom ik veilig naar het zwembad?

We komen binnen langs de LZV-ingang, ontsmetten onze handen en dragen onze zwemkledij al onder onze kleren. Zo beperk je de tijd in jouw kleedhokje. Je aanwezigheid wordt geregistreerd. **Iedereen draagt een mondmasker in de gangen, de kleedhokjes en het zwembad. Het mondmasker mag pas af vlak voor je in het water gaat.** Omkleden kan enkel in de individuele kleedhokjes. **Iedereen houdt altijd en overal minstens 1,50 meter afstand van elkaar.**

Na de training blijf je niet hangen. **Zeep en shampoo zijn niet toegelaten in de douches.** Je kan je enkel even afspoelen. Je kleedt je terug om in de kleedhokjes en je verlaat het zwembad via de nooduitgang. De ouders kunnen de kinderen hier afhalen na de training.

### Mogen de (groot)ouders mee in het zwembad of in de kantine?

Neen. De kantine blijft gesloten. Enkel zwemmers mogen het zwembad betreden. De (groot)ouders kunnen de zwemmers na de training buiten opwachten aan de nooduitgang. Er mag dus niemand in de kantine of in het zwembad buiten de zwemmers, trainers en redders.

**LEES HIERONDER NOG EENS ALLE REGELS NA**

### **Richtlijnen met betrekking tot heropstart LZV-zwemtrainingen**

- Regel 1: Wie ziek is of ziektesymptomen vertoont, blijft thuis. Ook wanneer je tijdens de laatste twee weken in een oranje of rode zone bent geweest, vragen we je om thuis te blijven.
- Regel 2: Er wordt gevraagd om niet vroeger dan 10 minuten voor het begin van de training aanwezig te zijn.
- Regel 3: De handen worden bij het binnengaan ontsmet en de aanwezigheid wordt geregistreerd.
- Regel 4: Het binnengaan gebeurt via de cafetaria van LZV waarbij de afstand van 1,50 meter gerespecteerd wordt. Iedereen draagt een mondmasker. Het is verboden om in de cafetaria of in de gangen rond te hangen.
- Regel 5: In de gangen wordt zo veel mogelijk rechts gehouden.
- Regel 6: Doe je zwemkledij thuis aan onder je gewone kledij om het omkleden zo kort mogelijk te houden en de tijd in de kleedhokjes te beperken.
- Regel 7: Enkel trainers, redders en zwemmers zijn toegelaten in de kantine en het zwembad. Al andere personen als toeschouwer zijn niet toegestaan.
- Regel 8: Rond het zwembad wordt de 1,50 meter regel gerespecteerd (bv. tijdens het opwarmen, tijdens uitleg of feedback, losmaken, naar het toilet gaan).
- Regel 9: Tijdens het zwemmen kan er zoals normaal in de banen gezwommen worden. Als de zwemmer het bad verlaat wordt een afstand van 1,50 meter gehouden ten opzichte van elk ander persoon. Het is uit den boze om samen aan de kant te blijven staan/hangen.
- Regel 10: Gebruik enkel je eigen materiaal (vinnen, snorkel, drinkfles).
- Regel 11: Na de training kunnen de douches enkel gebruikt worden om zich af te spoelen (geen douchezeep of shampoo).
- Regel 12: Het omkleden dient zo snel mogelijk te gebeuren en het gebouw dient zo snel mogelijk verlaten te worden.
- Regel 13: De haardrogers mogen niet gebruikt worden.
- Regel 14: Het verlaten van het zwembad gebeurt via de nooduitgang (vlak voor de kantine).