



## COVID-19-protocol

TurnCentrum Twente heeft dinsdag 13 oktober jl. in haar bestuursvergadering het COVID-19-protocol besproken om een doorstart te maken betreffende haar lessen. In het kader van de huidige COVID-19-maatregelen is een protocol opgesteld aan de hand van het algemene NOC\*NSF-protocol en de aanvullende richtlijnen en adviezen van de KNGU.

Dit document is een extra aanvulling op het algemene protocol, zie ook de website onder het kopje 'COVID-19'. en ter concretisering van de maatregelen geldende voor TurnCentrum Twente. We willen benadrukken dat een goede samenwerking met de Gemeente Hengelo cruciaal is.

In dit protocol worden een aantal zaken behandeld, namelijk:

- ✓ Informatie voor ouders/verzorgers
- ✓ Informatie voor turners en turnsters
- ✓ Informatie voor trainers

Voor vragen over het sportprotocol en algemene vragen en communicatie kun je terecht bij het secretariaat van het TurnCentrum Twente via e-mail [secretariaat@tctwente.com](mailto:secretariaat@tctwente.com). Bekijk ook de website van TurnCentrum Twente onder het kopje 'COVID-19' en vervolgens 'Veelgestelde vragen'.

Voor vragen over lesinhoudelijke richtlijnen, is er een COVID-19-contactpersoon aangesteld, Jan Mulder, [jan.mulder@tctwente.com](mailto:jan.mulder@tctwente.com), 06 18 20 87 34.



### Informatie voor ouders/verzorgers

Graag vragen we rekening te houden met onderstaande aanvullende richtlijnen en adviezen:

- ✓ Het oorspronkelijke lesrooster is van kracht;
- ✓ Ouders hebben geen toegang tot de sportlocatie, zowel voor, tijdens als na de training van je kind(eren). Indien je wat wil vragen, is dit natuurlijk een uitzondering;
- ✓ Neem de instructies goed door met je kind;
- ✓ Laat de kinderen zo veel mogelijk op de fiets komen;
- ✓ Zet de kinderen op de parkeerplaats af;
- ✓ Probeer zo veel mogelijk buiten te wachten bij het ophalen, binnen kan helaas de 1,5 meter niet gegarandeerd worden;
- ✓ De kleedkamers zijn dicht;
- ✓ Laat de kinderen omgekleed en al, met daarover een trainingspak komen (voor selectieturnsters: **niet** in wedstrijdtrainingspak);
- ✓ Laat de kinderen eerst thuis naar het toilet gaan.



### **Informatie voor turners en turnsters**

Voor de recreatiesport is het gelukt een doorstart te laten plaats en wel met de volgende aanvullende informatie:

- ✓ De lessen gaan door conform het reguliere lesrooster;
- ✓ Turnen valt niet onder groepslessen dus de lessen gaan door;
- ✓ Kom omgekleed en al in trainingspak (geen wedstrijd pak);
- ✓ Kom zoveel mogelijk op de fiets;
- ✓ Neem je eigen waterfles mee;
- ✓ Kom omgekleed en al in trainingspak aan;
- ✓ Ga voor de training thuis naar het toilet;
- ✓ Kleedkamergebruik is niet mogelijk;
- ✓ Handen wassen met water en zeep, zowel voor als na de training;
- ✓ Zorg ervoor dat je haren vastzitten, zodat je zo min mogelijk aan je gezicht hoeft te zitten;
- ✓ Voor turnsters vanaf 18 jaar geldt dat sporten mag met 1,5 meter afstand van andere turnsters;
- ✓ Turners/turnsters met hooikoorts mogen trainen. Klachten lijken op corona, maar komen vanuit andere hoek. Er is geen werkelijke 'koorts' (temperatuurverhoging). Wel moet het medisch vastgelegd zijn en bekend zijn bij ouders dat de klachten voortkomen uit hooikoorts. Dit graag even melden bij de trainers. Krijg je zwaardere klachten zoals keelpijn en koorts, dan is dit geen hooikoorts en is de kans groter dat het om het coronavirus gaat. Blijf dan thuis.
- ✓ Bij elke vorm van griepverschijnselen of verkoudheidsklachten moet je thuis blijven.



### Informatie voor trainers

Verder geldt de volgende informatie nog voor trainers:

- ✓ De trainers handhaven continue de RIVM-, KNGU- en NOC\*NSF-maatregelen;
- ✓ Er geldt een maximum van 30 personen per zelfstandige ruimte;
- ✓ Het handhaven van de eerdergenoemde veiligheids- en hygiëneregels;
- ✓ Sportkantines, kleedkamers en douches zijn dicht;
- ✓ Zorg indien mogelijk voor natuurlijke ventilatie, denk bijvoorbeeld aan het openen van deuren en ramen;
- ✓ Daarnaast kan er binnen de gym sport sprake zijn van contact tussen trainer en sporter. Dit is toegestaan indien nodig voor uitoefening van de sport ('vangen' mag dus);
- ✓ Beperk de duur van het vangen zo veel mogelijk;
- ✓ Toeschouwers zijn niet toegestaan;
- ✓ Na afloop van de sportactiviteit dient iedereen de sportaccommodatie zo snel mogelijk te verlaten;
- ✓ Zorg dat de hygiëneproducten op de accommodaties gebruikt worden;
- ✓ Komen met eigen vervoer naar de accommodatie waar je training gaat geven;
- ✓ Bereid de training goed voor;
- ✓ Officiële wedstrijden zijn niet toegestaan, dit geldt voor zowel jeugd als volwassenen in alle sporten.
- ✓ Voor binnensporten geldt voor 18+ een maximum van 30 personen indien er minimaal 1,5 meter afstand tot elkaar gehouden kan worden, probeer de sporters zoveel mogelijk individueel te trainen of in duo's per toestel;
- ✓ Het waarborgen van 1,5 meter afstand met sporters van 18 jaar en ouder;
- ✓ Waarborgen en handhaven dat alle maatregelen in acht genomen worden.