



TK Werchter

Coronamaatregelen en richtlijnen: ouders en gymnasten

1. Algemene regels

Deze richtlijnen gelden voor sportende tieners en volwassenen die, tijdens de periode waarin social distancing van kracht blijft, deelnemen aan een georganiseerde sportactiviteit.

De algemene regels voor alle sportclubs, sporters en ouders van sporters zijn opgesteld door Sport Vlaanderen en kunnen ook op hun website geraadpleegd worden.

"Om de sportbeoefening verantwoord en veilig te laten verlopen, heeft de klankbordgroep voor de heropstart van de sportsector gedragscodes en protocollen uitgewerkt voor verschillende doelgroepen. Onze protocollen zijn aangepast aan de beslissingen die de Nationale Veiligheidsraad nam op donderdag 23 juli en maandag 27 juli. "

<https://www.sport.vlaanderen/sporten-in-tijden-van-corona/>

- Houd steeds 1,5 meter afstand van iedere persoon buiten je huishouden. Kinderen tot en met 12 jaar en actieve sporters hoeven onderling geen afstand te houden.
- Probeer je gezicht niet aan te raken.
- Sport niet en blijf thuis als je symptomen hebt die op COVID-19 kunnen wijzen, zoals een griepig gevoel, koorts, hoesten, kortademigheid, neusloop of ongewone vermoeidheid. Ga pas weer sporten als het mag van je arts.
- Sport ook niet als een huisgenoot symptomen heeft of positief getest heeft op het virus. Ga pas weer sporten als het mag van de arts.
- Heb je verhoging gehad van je lichaamstemperatuur en ben je weer koortsvrij? Rust nog even lang als het aantal dagen dat je koorts had. Na bv. 3 dagen koorts, mag je nog 3 dagen niet sporten, vanwege het risico op een hartontsteking.
- Houd er rekening mee dat lokale overheden strengere restricties kunnen opleggen.

Uitgebreidere algemene gedragscodes opgesteld door Sport Vlaanderen voor zowel sporters als ouders kan je vinden via volgende links:

Sporters: <https://www.sport.vlaanderen/media/13572/voor-de-sporters.pdf>

Ouders: <https://www.sport.vlaanderen/media/13574/voor-ouders.pdf>

2. Kleurencodes

Op 26 augustus hebben de Sportministers van de 3 Gemeenschappen in samenspraak met het brede sportveld een akkoord bereikt over de invulling van de kleurcodes geel, oranje en rood. Dat betekent dat er niet alleen een duidelijk kader is voor de sportbeoefening vandaag, maar dat er ook scenario's klaarliggen voor als de situatie zou verslechteren.

We starten het seizoen in code geel en hopen (lokaal) niet te moeten evolueren naar een strengere code.

The image contains four posters from gymfed, each detailing the rules for indoor sports under a specific color code. Each poster includes the gymfed logo and the slogan '#WEAREGYM #WEARESAFE'.

- CODE GROEN:** Indoor sporten +12 jaar. Rules: Contact toegelaten; Oppervlakte: Geen beperkingen; Trainers: Mondmaskers niet nodig; Kleedkamers & douches: Open; Publiek: Onbeperkt; Hygiëne en reinigen: Aan te bevelen. Sports met contact voor -12 jaar: steeds toegelaten.
- CODE GEEL:** Indoor sporten +12 jaar. Rules: Contact toegelaten; Oppervlakte: 1 sporter per 10 m²; Trainers: Afstand houden of mondmasker; Kleedkamers & douches: Open; Publiek: Beperkt toegelaten; Hygiëne en reinigen: Na training, verluchting aangewezen; Registratie aanwezig: Vereist. Sports met contact voor -12 jaar: steeds toegelaten.
- CODE ORANJE:** Indoor sporten +12 jaar. Rules: Enkel contactloos; Oppervlakte: 1 sporter per 10 m²; Trainers: Afstand houden of mondmasker; Kleedkamers & douches: Gesloten; Publiek: Niet toegelaten; Hygiëne en reinigen: Na training, verluchting aangewezen; Registratie aanwezig: Vereist. Sports met contact voor -12 jaar: steeds toegelaten.
- CODE ROOD:** Geen georganiseerd (indoor) sporten mogelijk voor +12 jaar. Message: Blijf fit door outdoor te sporten met je gezinsbubbel en maximum 2 steeds dezelfde personen! Sports met contact voor -12 jaar: steeds toegelaten.

Meer info over de heropstart van de gymnastieksector op basis van de kleurencodes kan je raadplegen op de website van de Gymnastiek Federatie Vlaanderen via onderstaande link.

<https://www.gymfed.be/nieuws/heropstart-sportsector-in-kleurencodes>

3. Clubspectifieke regels en afspraken

a. Algemeen

Een aantal algemene regels die voor alle ouders en gymnasten zullen gelden worden hieronder opgelijst.

- Ouders zijn niet toegelaten op het schooldomein. Dit wil zeggen dat ouders steeds in de auto wachten bij het afzetten en ophalen van de gymnasten. Trainers zullen de gymnasten begeleiden bij het binnenkomen en buitengaan. Kleuters mogen uitzonderlijk begeleid worden door 1 ouder met mondkapje tot aan de 2 paaltjes waar een trainer zal staan.
- Komt steeds stipt op tijd bij het afzetten van de gymnasten. Bij het ophalen dienen ouders 5 minuten op voorhand aanwezig te zijn.
- Mondmaskers zijn verplicht op het schooldomein voor alle gymnasten met uitzondering van kleuters. De mondkapjes worden opgezet bij het betreden van het schooldomein. Tijdens het sporten zelf moeten de mondkapjes niet gedragen worden. Meer info hierover vind je verder in dit document.
- Alle gymnasten komen in sportkledij aan. Er is geen tijd en ruimte om van kledij te wisselen in de kleedkamer. Een jas en lange broek kunnen gedragen worden over de sportkledij bij kouder weer.

b. Circulatieplan

Om te vermijden dat gymnasten van verschillende groepen elkaar onnodig kruisen, wordt er gewerkt met een circulatieplan dat streeft naar eenrichtingsverkeer. Het is essentieel dat elke sporter en trainer dit plan nauwkeurig volgt.

Bij aankomst ga je naar de toegewezen kleedkamer volgens de volgende verdeling die ook uit zal hangen in het gebouw zelf. Kleedkamer 1 is de grote kleedkamer en kleedkamer 2 is de kleine kleedkamer.

Maandag	Beloften en recrea acro	Kleedkamer 2
Dinsdag	Acro	Kleedkamer 1
Woensdag	Kleuters Meisjes en jongens 1 & 2 Recrea acro Acro	Kleedkamer 2 Kleedkamer 1 Kleedkamer 2 Kleedkamer 1
Donderdag	Beloften en recrea acro 50+	Kleedkamer 2 Kleedkamer 1
Vrijdag	Meisjes 1 & 2 Acro	Kleedkamer 1 Kleedkamer 2
Zaterdag	Kleuters Meisjes recreatie 1 Meisjes recreatie 2 Acro Beloften Jongens Trampoline	Kleedkamer 2 Kleedkamer 1 Kleedkamer 2 Kleedkamer 1 Kleedkamer 2 Kleedkamer 1 Kleedkamer 2
Zondag	Acro Recreatie +	Kleedkamer 1 Kleedkamer 1

Bij aankomst in de kleedkamer worden de schoenen onder de bank gezet en de jas opgehangen. Nadien blijft de gymnast op de bank zitten tot de trainer aangeeft dat de hele groep naar de zaal kan vertrekken. Dit kan uiteraard pas wanneer de groep die voor hen geturnd heeft het gebouw verlaten heeft. De gymnasten gaan binnen langs de achterste deur van de turnzaal.

Na de training zullen de gymnasten door een trainer langs de voorste deur van de turnzaal weer naar de kleedkamers begeleid worden. Wanneer iedereen zijn jas en schoenen weer aanheeft gaan we gezamenlijk naar buiten waar de ouders in de auto wachten om de gymnasten op te halen.

c. Mondmaskers

Volgens de lokale regelgeving van de gemeente Rotselaar is het verplicht voor elke persoon boven de leeftijd van 12 jaar om steeds een mondmasker bij zich te hebben in de openbare ruimte. Het is verplicht een mondmasker te dragen op onderstaande plaatsen en sterk aangeraden op andere drukke plaatsen.

In de openbare gebouwen: de gemeentelijke basisscholen

<https://www.rotselaar.be/coronavirus-federale-en-lokale-maatregelen>

Aangezien onze turnzaal zich in de gemeentelijke basisschool "De Kameleon" bevindt, is het verplicht om steeds een mondmasker te dragen uitgezonderd tijdens het sporten. Wij vragen dan ook aan **alle gymnasten vanaf 12 jaar** om bij het betreden van het schooldomein (vanaf de parking) een mondmasker te dragen. Ook in de kleedkamers zijn mondmaskers verplicht. Wanneer de trainer aangeeft dat het tijd is om naar de turnzaal te gaan, mogen de gymnasten hun mondmasker uit doen (voorzie een plastic zakje) en volgen ze de trainer naar de turnzaal.

Wanneer de gymnasten aan het einde van de training weer de kleedkamer binnenkomen, zetten ze zo snel mogelijk hun mondmasker weer op. Ze houden dit ook aan tot ze van het schooldomein zijn. Aangeraden is dus dat als je met de auto bent, je het mondmasker pas uit doet als je in de auto bent. Als je met de fiets bent, kan het mondmasker af wanneer je op de fiets stapt.

Wanneer het mondmasker vergeten wordt, is er een mogelijkheid om een wegwerp-mondmasker aan te kopen bij de trainers aan €1,00 per stuk. Indien een gymnast zich niet houdt aan de opgelegde regels in verband met mondmaskers, zal hem of haar de toegang tot de turnzaal ontzegd worden op dat moment.

d. Ontsmetting

Bij het betreden en verlaten van het schoolgebouw worden de handen steeds ontsmet met door de club voorziene ontsmetting. Bij allergieën contacteer je het bestuur voor aanvang van de turnles via mail bestuur@tkwerchter.be om alternatieven te bespreken.

Bij het gebruik van het sanitair wordt er verwacht van de gymnasten dat zij telkens de deurklink, spoelknop, wc-bril en kraan ontsmetten met een ontsmettingspray die aanwezig is in de sanitaire voorzieningen. Bij jongere gymnasten zullen trainers hier natuurlijk bij assisteren.