

SFA corona protocol voor de Langebaan/marathon trainingen en wedstrijden op Ijsbaan De Meent

op basis van het NOC*NSF protocol, het sportspecifieke protocol KNSB, de Sport specifieke adviezen voor wedstrijden van de KNSB en de richtlijnen van de overheid/RIVM.

NB: Alle leden, ouders en vrijwilligers dienen op de hoogte te zijn van dit protocol!!

NB1: Het niet naleven van deze richtlijnen kan ertoe leiden dat activiteiten van de SFA worden stopgezet of geannuleerd. De regels zijn bedoeld om besmettingen te voorkomen. Bij besmetting van 1 of meerdere personen tijdens trainingen of wedstrijden volgt bron- en contactonderzoek door de GGD met mogelijk quarantaine verplichtingen voor bezoekers van de ijsbaan. Dat moet ten allen tijde voorkomen worden. Dus voor alles geldt: gezond verstand gebruiken en de regels naleven!! Dat doen we uit verantwoordelijkheid voor elkaar.

NB2: Sporters kunnen worden verzocht naar huis te gaan bij wedstrijden of trainingen bij (vermoeden van) klachten als neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, of koorts.

NB3: wijzigingen t.o.v. de eerdere versie in rood

Algemene regels voor iedereen

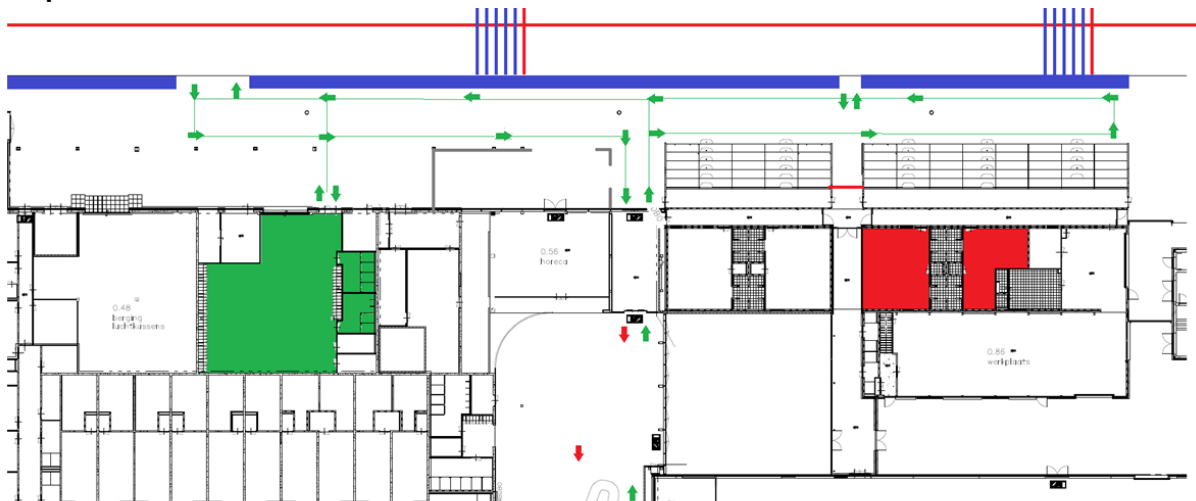
1. Voorop staat:
 - Heb je klachten, blijf thuis en laat je testen!
 - Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts 38 graden heeft
 - Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is voor Covid-19 (10 dagen)
2. Neem de gebruikelijke veiligheids- en hygiëneregels in acht: telkens handen wassen, geen handen schudden, nies in je elleboog
3. Vermijd drukte (lees ook: ophoping)
4. Houd 1,5 meter afstand:
 - niet voor kinderen onder 12 jaar onderling en tot begeleiders
 - niet voor jongeren van 12 tot en met 17 jaar onderling; **wel** voor jongeren van 12 t/m 17 tot volwassenen (trainers, begeleiders, officials, baanpersoneel,)
 - niet voor personen die een gezamenlijk huishouden vormen onderling
5. het is verboden in de publieke ruimte of in een besloten plaats in groepsverband te zingen of te schreeuwen.
6. Voorlopig (in elk geval tot 20/10 en wellicht daarna ook nog) geen publiek op de baan tijdens trainingen en wedstrijden. Ook geen ouders/chauffeurs die rijders naar de baan brengen; rijders die klaar zijn met hun training verlaten z.s.m. de baan en de ruimte daar omheen.
7. **Gebruik je gezond verstand! Houd rekening met anderen en spreek elkaar aan op risico gedrag!!**

Algemene regels betreffende looproutes en logistiek voor iedereen

1. Bij binnenkomst in de hal handen wassen (er staat voetpompje vlak na de entree))
2. In de hal en langs de baan de aangegeven looproutes volgen (zie onder). Alkmaar Sport brengt stickers aan in de hal en langs de baan om de looproutes aan te geven.

3. Kleedkamer 1 en 2, incl douches/toiletten aldaar, en de gang daarheen zijn buiten gebruik.
4. De andere kleedkamer met toilet kan (beperkt) worden gebruikt met inachtneming van de afstandsregels. Ook de kluisjes kunnen worden gebruikt. Toiletten in de hal zijn open.
5. In verband met het beperkt gebruik van de kleedkamers zoveel mogelijk in schaatskleding naar de baan komen en thuis douchen
6. Bij de horeca de aanwijzingen van de medewerkers van het restaurant opvolgen.
De horeca is voorlopig dicht.
7. Neem bij het betreden en verlaten van de baan de afstandsregels in acht en houdt rekening met tegemoet komende personen
8. Langs de baan worden extra banken geplaatst voor het aantrekken van de schaatsen.
Houd rekening met de 1,5 m regel
12. Tijdens de trainingen (bij de uitvoering van de trainingsopdrachten) en wedstrijden is op de ijsvloer de 1,5m regel niet van toepassing. Bij uitleg van de trainer aan de zijkant van de baan wel (zoveel mogelijk) de afstandsregels in acht nemen.
13. Bij het betreden en verlaten van de ijsvloer zijn de 1,5m regels wel van toepassing (met de daarbij behorende uitzonderingen)
14. Betreden en verlaten van de ijsvloer kan op 2 plaatsen
15. In de ruimte om de baan, op de tribunes, in de kleedkamers en in de juryruimte zijn de 1,5m regels van toepassing
16. **Op het ijs is een mondkapje niet verplicht. In de ruimte rond de baan (o.a. bij het aan- en uittrekken van de schaatsen, ...) worden i.v.m. de te verwachten drukte rijders en trainers geacht een mondkapje te dragen.**
17. **Bij de trainingen op maandag geldt: je kunt vanaf een half uur van tevoren de baan op via het rechter poortje. Neem bij het poortje de 1,5 meter maatregel in acht. Voorkom ophoping.**
18. **Op maandag de baan verlaten via nooduitgang 3 (midden tegenover de ingang)**

Looproutes



Richtlijnen voor trainers, begeleiders en vrijwilligers

1. Tijdens de sport mogen alle leeftijdsgroepen weer contacten hebben die bij de sport horen. Bij langebaan en marathon schaatsen, shorttrack en inlineskaten mag weer in “treintjes” en pelotons worden gereden en zijn er geen beperkingen meer met betrekking tot inhalen.
2. Trainers hoeven geen 1,5 meter afstand te houden tot sporters tot en met 12 jaar. Houd wel 1,5 meter afstand tot sporters van 13 jaar en ouder tenzij contact noodzakelijk is voor (veilige) beoefening/begeleiding van de sport(er).
3. Zorg er voor dat iedereen van 18 jaar en ouder zich aan de 1,5 meterregel houdt als er niet wordt gesport. Dus ook tijdens het aantrekken van schaatsen of een pauze tijdens de training!
4. Voorkom onnodige verspreidingsrisico's door handen schudden, high fives en knuffels tijdens trainingen of wedstrijden te vermijden. En vermijd schreeuwen en geforceerd stemgebruik.
5. Communiceer de richtlijnen van jouw club en de federatie aan de sporters.
6. Werk mee aan een gezondheidscheck en registratie van aanwezigheidsgegevens als daar om wordt gevraagd.

Richtlijnen voor sporters

1. Tijdens de sport mogen alle leeftijdsgroepen weer contacten hebben die bij de sport horen. Bij schaatsen, shorttrack en inlineskaten mag weer in “treintjes” en pelotons worden gereden en zijn er geen beperkingen meer met betrekking tot inhalen.
2. Een trainer mag indien noodzakelijk tijdens de sport contact hebben met de sporter.
3. Train zo veel mogelijk in vaste groepen of met je vaste trainingspartner
4. Als er niet wordt gesport geldt voor iedereen ouder van 18 jaar en ouder nog steeds de 1,5 meterregel. Ook tijdens het aantrekken van schaatsen of een pauze tijdens de training!
5. Vermijd tijdens het sporten contacten die voor de sport niet nodig zijn zoals handen schudden, high fives en knuffels. Vermijd ook schreeuwen en geforceerd stemgebruik.
6. Gebruik zoveel mogelijk je eigen materiaal, bidon e.d.
7. Werk desgevraagd indien gevraagd, mee aan een gezondheidscheck en registratie van aanwezigheidsgegevens

Richtlijnen voor ouders, verzorgers en publiek

1. Informeer je kinderen over de algemene richtlijnen en de regels en richtlijnen van de club.
2. Voorlopig (in elk geval tot 20/10 en wellicht daarna ook nog) geen publiek op de baan tijdens trainingen en wedstrijden. Ook geen ouders/chauffeurs die rijders naar de baan brengen; rijders die klaar zijn met hun training verlaten z.s.m. de baan en de ruimte daar omheen.

Richtlijnen voor de jury(kamer) bij wedstrijden Langebaan en marathon

1. Volg de regelgeving van de betreffende ijsbaan waar je je wedstrijd gaat jureren;
2. Voor alle ‘buiten’ officials scheidsrechter(s), starter(s), commissaris van vertrek(ass. Start), rondbord, bochtencommissaris(en) en aankomst commissaris gelden de algemene regels

3. Met betrekking tot assistent start dient te worden voorkomen dat rijders binnen de 1,5m grens komen; voor de deelnemers Langebaanwedstrijden geldt dat zij zelf dienen te voorzien in het dragen van de juiste wedstrijdband! Evt. zorgen dat er van elke kleur 2 exemplaren bij de bank aanwezig te zijn.
4. De binnen jury dient rekening te houden met de 1,5m regel.
5. In de juryruimte worden t.b.v. de veiligheid van de leden van de wedstrijdleiding en de jury (voor langebaanwedstrijden en marathons) spatschermen aangebracht.
6. In de juryruimte zijn mondkapjes aanwezig voor de juryleden alsmede desinfecterende zeep
7. De jury- en klokkersruimte zal alleen toegankelijk zijn voor de binnen jury; de buitenjury kan gebruik maken van de twee vergaderruimten met 1,5m afstand tot anderen. Hiermee wordt voorkomen dat we teveel mensen in en kleine ruimte krijgen. Om de tafels geven stickers de looproute aan.
8. Als extra : er kan worden overwogen om 2 klokkers op de tribune te laten plaatsnemen ; evt wisselen tijdens de baanverzorging. In dat geval warme kleding meebrengen.
9. De wedstrijdadministratie (aan- en afmelden van rijders etc.) dient plaats te vinden op de tribune door een daarvoor aangestelde persoon (jurycoördinator) ;daarmee wordt voorkomen dat er drukte ontstaat in de juryruimte.

Corona contactpersoon Ijsbaan: Roy Lennings (R.Lennings@alkmaarsport.nl)

Corona coördinator Schaats Federatie Alkmaar: Henk den Uil (denuilkuperus@hetnet.nl)

Contactpersoon en coördinator hoeven niet fysiek aanwezig te zijn. Bij signaleren van corona gerelateerde zaken/problemen bijv. consequent niet naleven van de regels door (groepen) personen of als de baanregels niet blijken te voldoen kun je contact met hen opnemen.