



CORONA PROTOCOL ZWEMMEN VANAF 14 OKTOBER

JEUGD 18+ EN VOLWASSENEN

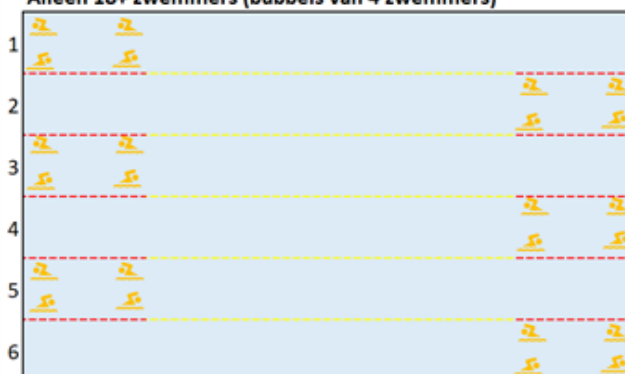
AANWIJZINGEN VOOR DE ZWEMTRANINGEN IN DE KOPLOPER

Badweg 2, Lelystad

Combinatie 18+ (2 banen) en t/m 17 jaar (4 banen) (max 30)



Alleen 18+ zwemmers (bubbels van 4 zwemmers)



HOUD BUITEN HET BAD ALTIJD 1,5METER AFSTAND TOT IEDEREEN
EN VOLG ALTIJD DE AANWIJZINGEN OP VAN DE CORONA-TOEZICHTHOUDER

- Douche thuis en ga naar het toilet voordat je naar de training komt
- Trek thuis je zwemkleding aan, daaroverheen iets gemakkelijks een joggingpak, onesie o.i.d.
- Doe in je zwemtas, een handdoek, zwembrilletje, badmuts, badslippers, je BataviaSwim pas en een bidon met drinken **voorzien van je naam!** Plankje, zoomers en achtje in een net.
- **Iedereen draagt een mondkapje vanaf het moment dat je binnenkomt tot aan het bad.**
- Je komt binnen via de poortjes, eenmaal binnen loop je via het recreatiebad, naar het wedstrijdbad
- Bij het wedstrijdbad zet je je tas op de bank aan de kant van het instructiebad, daar trek je je bovenkleding uit
- De trainers hebben de baanindeling en vertellen in welke baan je zwemt
- Je zwemt met max. 4 zwemmers in een baan, houd 1,5 m afstand en er mag **NIET** ingehaald worden!
- Na de training doe je een mondkapje op en kun je je omkleden in aparte kleedhokjes, douchen doe je thuis
- Je verlaat het zwembad met mondkapje, door de achterdeur (Niet via de poortjes!)

De training duurt 60min. waarvan 45min in het water. De resterende 15min. worden gebruikt om het bad te betreden en weer te verlaten. Dit doen we om het contact met andere groepen te vermijden

CORONA-TOEZICHTHOUDER

Bij de training is een Corona-toezichthouder aanwezig (dit kan een trainer zijn in een dubbelfunctie die er op toe ziet dat iedereen zich aan de regels houdt. De Corona-toezichthouder is herkenbaar aan een geel fluoriserend hesje. Iedereen die zich niet aan de regels houdt kan naar huis worden gestuurd.

BLIJF THUIS ALS

- Iemand in jouw huis positief getest is op het coronavirus (14 dagen en volg advies GGD).
- Als jij of iemand in jouw huis een van de volgende klachten heeft: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 C°); nadat iedereen in huis weer minimaal 24 uur klachtenvrij is mag je weer zwemmen.
- Als je in thuisisolatie zit omdat je in contact bent geweest met iemand waarbij het coronavirus is vastgesteld totdat de thuisisolatie periode voorbij is.

**- SCHUD GEEN HANDEN - GEEF GEEN HIGH FIVES OF BOKS -
- HOEST EN NIES IN JE ELLEBOOG - GEBRUIK PAPIEREN ZAKDOEKJES -**