Uithoornse Roei- en Kanovereniging Michiel De Ruyter

Protocol start kano-instructie per 29 april 2020

Als mensen zich ziek voelen moeten ze niet naar de club komen

- Hygiëne en sociale afstand is belangrijk. Plakkaten maken met richtlijnen en picto's.
- Er zijn mensen die instructie willen geven op 1,5 m afstand.
- Mail naar alle jeugd dat ze weer kunnen komen en welke regels. Dat ze zich van tevoren even moeten aanmelden.

Bij het hek:
Kanoërs gebruiken hek bij de kanoloods.

- Plakkaat met de richtlijnen.
- Club alleen op bepaalde tijden open als er georganiseerde instructies/trainingen zijn.
- Handgel gebruiken bij aankomst en verlaten.
- De instructeur doet het hek open en weer dicht.
- Kinderen in rijtje bij de loods, op afstand.
- Ouders blijven buiten het hek.

Bij de loods:

- Plakkaat met richtlijnen.
- Bij binnenkomst in de loods eerst handen wassen. Zeeppompjes nodig en papieren handdoekjes. Dus ook prullenbak. Of handgel.
- Zo min mogelijk mensen in de loods. Alles waar men aankomt moet immers weer schoongemaakt. Vaste mensen spullen laten pakken.
- Bij verlaten van de loods: handen wassen.

Instructie:

- Hou bij alles zoveel mogelijk 1,5 m afstand. Zorg ervoor de kinderen dit ook doen.
- Groepsgrootte: max 6 (even aantal voor spelletjes leuker)
- Kom alleen aan je eigen spullen en niet die van een ander.
- Iedereen wast zijn handen. Tape op de grond. Kinderen door deur erin en bij 1e rolluik er weer uit.
- Voor de kanoërs: instructeurs pakken de spullen uit de loods na eerst hun handen gereinigd te hebben.
- Kinderen stappen zelf in hun boot en maken hun spatzeil vast. Kinderen die dit niet kunnen worden geholpen door andere kinderen of gebruiken geen spatzeil.
- Ouders zetten de kinderen af bij het hek en komen hen daar ook weer halen. Geen volwassenen onnodig op de vereniging.
- Tijd afspreken om op te halen.

- Kinderen verlaten na de les meteen de vereniging.
- Tijdens het lesgeven: Meer tegenover elkaar gaan liggen, dan heb je voldoende afstand.
- Pas de oefeningen aan. Geen oefeningen waar fysiek contact bij nodig is. Bijvoorbeeld in plaats van leunen op een andermans boot; leunen op de sups. Slalommen om de boeien heen.
  Speurtochten.
- Na afloop: laat kinderen hun handen wassen en daarna geef hen een vochtig doekje om hun spullen schoon te maken; vooral de peddels. Gooi dit in de prullenbak. Weer handen wassen en naar huis.

- Er zullen maar weinig mensen de komende 2 weken gebruik maken van de spullen, dus de zwemvesten en spatzeilen en peddels in de gebruikte boten leggen voor de volgende keer. Zo worden ze ook niet door een ander gebruikt. Naam erop Instructeurs bergen deze op.
- Na afloop weer handen wassen.
- Stuk loods waar die jeugdboten liggen bij de zwemvesten. Stickers stiften in de kast.

Omkleden:

- Thuis en niet op de vereniging.
- Neem een tas of zak mee voor je spullen die je wel wilt verwisselen. Spullen in die zak en die kunnen in de loods gezet worden bij regen.
- Bij gebruik van de toiletten moeten na afloop alle deurkrukken en kranen schoongemaakt worden. Hiervoor zijn schoonmaakdoekjes, deze mogen niet in het toilet.
- De kleedkamers zijn gesloten, alleen toegankelijk bij calamiteiten onder leiding van een instructeur.
- Wel droge kleren voor als je eventueel omgaat en handdoek.

Koffie

- Koffie en thee gewoon even niet doen. Kopjes doorgeven geeft al risico.
- Kantine dus voorlopig nog op slot.