



Uithoornse Roei- en Kanovereniging Michiel De Ruyter

Kanopolo vanaf 29 april 2020

Belangrijk: we gaan bij dit protocol uit van ongelijkheid. De overheidsrichtlijnen geven meer ruimte aan bepaalde groepen dan aan andere, dit nemen wij over in het protocol.

Mocht je je ziek voelen dan verzoeken we je niet op de club te komen.

Jeugd

- Vanaf 29 april kunnen alleen leden van 12 tot 18 jaar kanopoloën.
- Instructie wordt per definitie gegeven vanaf de kant. De instructeur is 10min voor aanvang van de les aanwezig, hij zal op het terras voor de kampanje wachten op de leden. Deze zullen zich beneden met in acht neming van 1.5m opstellen.
 - Ouders zijn alleen welkom voor halen en brengen. Verblijf op het verenigingsterrein is daarbuiten niet toegestaan.
- Er wordt thuis omgekleed en gedoucht, na de training kan er buiten iets droogs worden aangetrokken.
- De Kampanje en kleedkamers zijn gesloten. Toiletten zijn toegankelijk, na elk gebruik moet het toilet gereinigd, hiervoor komen ontsmettingsdoekjes. Let op: deze doekjes mogen niet in het toilet.
- Er wordt uitsluitend gebruik gemaakt van eigen materiaal.
 - Ballen en zwemvesten vormen hierop een uitzondering. Deze kunnen voor en na de training worden ontsmet m.b.v. een ton desinfecterend water.
- Ieder houdt 1,5 meter afstand van elkaar.
 - Er wordt niet getraind in partijvorm en alleen oefeningen gedaan waarbij de 1.5m gewaarborgd kan blijven.
- Leden stappen in vanaf het kanovlot. Hierop worden twee kaders afgezet met een tussenruimte van 1.5m. Per kader mag 1 persoon per keer instappen. Andere leden vormen buiten het vlot een rij met 1.5m afstand tussen de boten (voorpunt/achterpunt).
- De maximale grootte per groep is 3 en een trainer.
- De instructeur sluit de loods deuren en het toegangshek.

Topsport

- Leden die deel uitmaken van een Nederlandse selectie worden aangemerkt als Topsporter.
 - Een lijst van Topsporters is te vinden in de bijlage.
- Voor topsporters gelden alle bovenstaande regels.
- Topsporters mogen ook indoor training hervatten mits aan de volgende voorwaarden wordt voldaan:
 - Er mogen maximal 2 topsporters gebruik maken van de indoor faciliteiten.
 - Hiertoe worden online “timeslots” geboekt. De timeslots vallen in andere tijden dan de roei-instructie en de kanopolo-instructie
 - Voor niet topsporters zijn de indoorfaciliteiten niet beschikbaar.
 - Voor het betreden van de indoorruimte worden handen gedesinfecteerd, hierna wordt het gezicht niet meer aangeraakt.
 - Al in de indoorruimte aangeraakte spullen worden direct na gebruik gedesinfecteerd.
- De deur naar de indoorruimte blijft open (ten minste op de haak), de ventilatoren dienen aan te staan.
- Bij vertrek uit de indoorruimte worden opnieuw de handen gewassen.
- De geluidsinstallatie kan niet worden gebruikt.

Lijst van topsporters

Bart van Es
Remko van Vliet
Reno van den Berg
Wessel Vroon
Joshua Uphof
Bram van 't Hart
Stan van den Berg
Job Lotgerink
Charlotte Bakkes
Selina Dijkstra
Alisha van den Berg
Marije van der Werf
Sarissa van Veenendaal
Josse van den Berg
Megan Lotgerink
Veere Vroon
Quinty Kas
Robin Uphof

Tanisha Franke (roeï)