



Corona Protocol Roeien

Sloeproeivereniging RechtAchteruit

Versie 1 juli 2020

Dit protocol is opgesteld in lijn met het sportspecifieke protocol van de Koninklijke Nederlandse Roeibond (KNRB) en het protocol Verantwoord sporten van NOC*NSF (bron: watersportvereniging De Helling).

Uitgangspunten

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop!
- We hanteren de regels opgesteld door de overheid en het RIVM
- We houden 1,5 meter afstand van elkaar
- We zijn niet met meer mensen en niet langer aanwezig dan noodzakelijk voor het roeien
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes
- Als je klachten (ook milde!) als neusverkoudheid, niezen, hoesten, keelpijn of koorts vertoont of als bij je huisgenoten deze klachten voorkomen, kom je niet roeien
- Blijf als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD)
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;

Desinfecteer- en schoonmaakvoorzieningen

In de materialen-box bij de steiger van de sloep aanwezig:

- Desinfectiemiddel voor handen
- Hulpmiddelen voor schoonmaken materiaal

Roeien

Er wordt geroeid op ons thuiswater (de Linge) in onze sloep De Leitsagher.

- Maximaal 12 roeiers en 1 stuurvrouw-/man mogen roeien in de Leitsagher
- Voor en na de training wordt 1,5 meter afstand gehouden
- Via de app-groep wordt afgestemd wie op de betreffende trainingsdagen gaat roeien. Je meldt je voor iedere training aan op de app-groep:
 - a. De app-groep “Leitsagher sloeproeien” van de trainingen op dinsdagavond en zondagmorgen aanmelden bij Steef Carlier.
 - b. De app-groep van de woensdagochtend trainingen aanmelden bij Carolien Franken



- c. De app-groep van de donderdagavond trainingen aanmelden bij Wim Hoogendoorn
- Voordat je gaat roeien tekent iedere roeier voor zijn/haar aanwezigheid op de lijst die in de materialen-box ligt
 - Boot en riemen worden door de roeiers schoongemaakt voor en na de training. Zo ook alle contactpunten (handels van de riemen, doften (banken), dollen, boordrand. Schoonmaken met de doekjes die hiervoor in de materialen-box beschikbaar zijn gesteld. Deze doekjes worden na gebruik door de gebruiker meegenomen en bij het afval weggegooid.
 - Bij een volgende training maken de roeiers de boot, riemen en contactpunten altijd eerst schoon zoals hierboven beschreven
 - Net als altijd doen roeiers omkleden, douchen, warming-up en cooling-down thuis
 - Roeiers wassen of desinfecteren bij aankomst en bij vertrek hun handen

Evaluatie en bijsturing

- De roeiers kunnen bij de corona-contactpersoon in het roeibestuur bij Carolien Franken terecht met vragen, signaleringen over zaken die wel of niet werken, en dergelijke
- Het roeibestuur evalueert regelmatig hoe dit protocol in de praktijk werkt en als daar aanleiding toe is kan het roeibestuur nadere regels stellen
- Zoals altijd kunnen roeiers elkaar ook als het gaat om corona aanspreken op de naleving van de regels en op een veilige omgang met elkaar
- Het bestuur kan leden die zich niet aan de regels in dit protocol houden de toegang tot de training ontzeggen

Communicatie

- Dit protocol is via de mail aan de roeiers bekend gemaakt. Het protocol is ook te vinden op onze website <https://www.rechtachteruit.nl/> en op de materialen-box bij de steiger.

Vervolg

- Rond 1 september zal het roeibestuur de werking van dit protocol evalueren dit is mede afhankelijk van hoe het KNRB-protocol zich ontwikkelt.

We wensen alle roeiers een sportief en veilig roeiseizoen toe!

Namens het bestuur van RechtAchteruit



Basisregels voor iedereen

Alleen wanneer iedereen zich aan de maatregelen houdt,
zetten we samen een stap vooruit.

Heb je klachten?



Blijf thuis.



Laat je testen.

zelf of juist

Ben je ook benauwd en/of heb je koorts? Dan moeten alle huisgenoten thuisblijven.



Werk zoveel mogelijk thuis.



Houd 1,5 meter afstand.



Vermijd drukte.



Was vaak je handen.



Schud geen handen.



Hoest en nies in je elleboog.



Gebruik papieren zakdoekjes.

alleen samen krijgen we
corona onder controle

Voor meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of tel 020-610-1111