

Versie 1.2

27 Mei 2020

Protocol Verantwoord Waterpolo

Aquapoldro

Inhoud

Inleiding.....	3
Uitgangspunten en regels	3
Voor het trainen.....	3
Rond het zwembad	4
Rollen en verantwoordelijkheden	4
Coronaverantwoordelijke	4
Trainers	4
EHBO'er.....	4
Trainingen	5
Teamindeling.....	5
Training Senioren	5
Trainingsschema van 2 juni t/m 18 juli	5
Training Junioren	6
Trainingsschema van 2 juni t/m 18 juli	6
Ontsmetten van materiaal.....	7
Ballen	7
Ontsmettingsmiddelen	7

Inleiding

Naar aanleiding van het besluit van de Regering om per 11 mei 2020 de zwembaden weer te openen heeft Aquapoldro ook de kans om weer te beginnen met de trainingen. Om te waarborgen dat de trainingen veilig en ordelijk verlopen is dit protocol geschreven. Een deel van deze regels komen uit de reeds opgestelde protocollen van NOC/NSF, KNZB en de Zwembadbranche. Dit document geeft aan wat er specifiek van toepassing is voor de leden van Aquapoldro om weer bezig te zijn met waterpolo.

Uitgangspunten en regels

Zwemmen is weer toegestaan. Om alles verantwoord te laten verlopen zijn er een aantal regels opgesteld. Voor elk team wordt er voorlopig elke week 1 training georganiseerd.

Bij de totstandkoming van die regels gelden de volgende uitgangspunten:

- Er moet sprake zijn van een veilige omgeving voor alle waterpoloërs en vrijwilligers.
- De 1,5 meter maatregel moet nageleefd kunnen worden met een beperkt aantal personen .
- Er is geen sprake van rechtstreeks fysiek contact tussen waterpoloër en vrijwilliger.
- We bieden waar mogelijk zoveel mogelijk leden de kans weer te komen zwemmen.
- Aquapoldro houdt zich aan de richtlijnen opgesteld in de meest actuele versie van het brancheprotocol voor de zwembaden, het RIVM, KNZB, NOC/NSF en de gemeente Apeldoorn.

Voor het trainen

- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD).
- Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld.
- Blijf thuis als je in thuisisolatie bent omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Bezoekers met onderliggend lijden wordt geadviseerd om vooralsnog niet te gaan trainen.
- Ga thuis naar het toilet. Toiletvoorzieningen in het zwembad zijn niet vrij toegankelijk.
- Was je handen voor je naar het zwembad komt.
- Douchen gebeurt thuis – zowel voor als na de training.
- Doe thuis je zwemkleding aan en neem schoon ondergoed mee naar het zwembad.

Rond het zwembad

- Houd je aan de aanwijzingen van de Coronaverantwoordelijke, trainers en de aangegeven routes!
- Arriveer niet eerder dan 5 minuten voor aanvangstijd van de training.
- De ingang wordt weer gesloten nadat de leden zijn toegelaten.
- Kleed je direct aan na de training en ga meteen weer naar huis.
- Kleding wordt in de zwemtas meegenomen naar het zwembad – er blijft dus niets achter in de omkleedruimtes. Neem dus een grote zwemtas mee.
- Beperk aanrakingen met deuren, bankjes etc. tot het minimale.
- Het is niet toegestaan dat ouders in het zwembad zijn tijdens de training. Kinderen worden afgezet voor het zwembad. Bij de Mini's mogen ouders helpen met omkleden.
- Wij vragen ouders zich ook buiten het zwembad te houden aan de samenscholingsregels en de 1,5 meter afstand.
- Houd 1,5 meter afstand van vrijwilligers, van teamgenoten en trainers (alleen kinderen tot en met 12 jaar hoeven deze afstand ten opzichte van elkaar niet te houden).
- Volg de aanwijzingen van de kaderleden op en ga niet in discussie.

Rollen en verantwoordelijkheden

Om het protocol succesvol toe te passen zijn een aantal rollen van toepassing. Deze rollen zijn:

- Coronaverantwoordelijke
- Trainers
- EHBO'er

Coronaverantwoordelijke

Bij elk bad, waarin getraind wordt, is een Coronaverantwoordelijke (CV) aanwezig. Dit is een wisselende rol die door een ouder of ander persoon wordt ingevuld en kan dus niet de trainer zijn. Het is verplicht om tijdens een training een Coronaverantwoordelijke in het zwembad te hebben.

De Coronaverantwoordelijke is herkenbaar aan een geel of oranje hesje, de Coronaverantwoordelijke zorgt zelf voor een hesje (de meesten hebben er 1 in de auto liggen). Zij/hij zorgt voor de opvang van de waterpoloërs, de routing en het evt. ontsmetten van toiletten. Tevens is de coronaverantwoordelijke het eerste aanspreekpunt voor vragen bij eventuele controles. Alle voorvallen worden doorgegeven aan het dagelijks bestuur van Aquapoldro.

Coronaverantwoordelijke worden bij de senioren door de teams geleverd. Voor de jeugd wordt een beroep gedaan op de ouders van de kinderen.

Trainers

Verzorgen de training en zorgt ervoor dat de training veilig en ordelijk verloopt. De trainer is verantwoordelijk voor de handhaving van de regels en past deze toe in het trainingsprogramma.

EHBO'er

Er moet in het complex minimaal 1 EHBO'er aanwezig zijn.

Trainingen

De trainingen zullen per 2 juni weer beginnen in de zwembaden Malkander en de Sprenkelaar. Er zullen 2 roosters gemaakt worden, het eerste rooster loopt van 2 juni tot 18 juli (aanvang zomervakantie). Tijdens deze periode is het uitgangspunt dat ieder team minimaal 1x per week traint.

Teamindeling

De teams zijn ingedeeld naar de teams voor seizoen 20-21. De indeling zal op de website worden gepubliceerd.

Training Senioren

- Aquapoldro maakt gebruik van het wedstrijdbad.
- Voor de training dient men zich te registreren, zodat er altijd kan worden nagaan wie er aanwezig is op de training
- Men dient zich 5 minuten van voor tevoren te verzamelen bij de hoofdingang van de het zwembad, houdt hierbij de 1,5 meter afstand in acht.
- De groepen worden begeleid door de Coronaverantwoordelijke naar en van het bassin. De Coronaverantwoordelijke is herkenbaar aan het gele of oranje hesje.
- De Coronaverantwoordelijke zal de groep begeleiden naar de individuele kleedhokjes, waar men zich kan omkleden. Men mag niet op eigen gelegenheid naar de individuele kleedhokjes lopen. **Let op: Er wordt géén gebruik gemaakt van de gezamenlijke kleedruimtes.**
- Kleding stop je in je tas en deze neem je mee naar de trainingslocatie.
- Tijdens de training wordt er geen gebruik gemaakt van het toilet, belangrijk dus dat je thuis nog even naar het toilet gaat.
- Tijdens de training wordt er geen partijtje gespeeld.
- Het is niet toegestaan om met een andere speler de waterpolocaps, badmutsen of zwembrillen te wisselen.
- De trainer is geen meespelend lid, deze staat altijd op de kant, net als de Coronaverantwoordelijke.
- De laatste 10 minuten van de training wordt gebruikt voor het opruimen en ontsmetten en opruimen van het gebruikte materiaal, het omkleden en het vertrek.

Dit alles gebeurt onder leiding van de Coronaverantwoordelijke, volg ten alle tijden deze instructies op.

Trainingschema van 2 juni t/m 18 juli

Dag	Zwembad	Start Training	Team	Aantal	CV
Maandag	Sprenkelaar	19:30-20.15 u	D1	11	D2
Maandag	Sprenkelaar	20.15-21.00 u	D2	12	D1
Woensdag	Malkander	21.00 -21.45u	H1	12	H2
Woensdag	Malkander	21.45-22.30 u	H2	13	H1
Vrijdag	Sprenkelaar	20.00-20.45 u	H4	13	H3
Vrijdag	Sprenkelaar	20.45-21.30 u	H3	13	H4

Training Junioren

- Aquapoldro maakt gebruik van het wedstrijdbad.
- **Voor de B- en de C-jeugd geldt de 1,5 meter maatregel en is het aantal personen voor een training dus beperkt tot 16 personen.**
- Voor de D-, de E- en de F-jeugd geldt de 1,5 meter maatregel niet, behalve richting alle personen ouder dan 13 jaar (trainers en vrijwilligers).
- Voor de training dient men zich te registreren, zodat er altijd kan worden nagaan wie er aanwezig is op de training.
- Men dient zich 5 minuten van voor tevoren te verzamelen bij de hoofdingang van het zwembad en houdt hierbij de 1,5 meter afstand in acht.
- De groep wordt opgehaald door de Coronaverantwoordelijke van het bassin, welke herkenbaar is aan het gele of oranje hesje.
- De Coronaverantwoordelijke zal de groep begeleiden naar de omkleedlocatie, waar men zich kan omkleden in de individuele kleedhokjes.
- Er wordt **géén** gebruik gemaakt van de gezamenlijke kleedruimtes.
- Kleding stop je in je tas en deze neem je mee naar de trainingslocatie.
- Tijdens de training wordt er geen gebruik gemaakt van het toilet, belangrijk dus dat je thuis nog even naar het toilet gaat.
- **Voor de B en de C-jeugd is het niet toegestaan om een partijtje te spelen!**
- Het is niet toegestaan om met een andere speler de waterpolocaps, badmutsen of zwembrillen te wisselen.
- De trainer is geen meespelend lid, deze staat altijd op de kant, net als de Coronaverantwoordelijke.
- De laatste 10 minuten van de training wordt gebruikt voor het opruimen en ontsmetten en opruimen van het gebruikte materiaal, het omkleden en het vertrek.

Trainingsschema van 2 juni t/m 18 juli

Dag	Zwembad	Start	Team	Aantal	CV
Zondag	Sprenkelaar	08:00 – 08:45 u	EG1, EG2	16	Ouders
Zondag	Sprenkelaar	08:00 – 08:45 u	Mini's	8	Ouders
Zondag	Sprenkelaar	08:45 – 09:30 u	DG1, DG2	16	Ouders
Woensdag	Sprenkelaar	19.00 – 19:45 u	CG1	8	Ouders
Woensdag	Sprenkelaar	19.45 – 20.30 u	BG1 en BG2	18	Ouders

Ontsmetten van materiaal

Bij de ballenkast zal de Coronaverantwoordelijke toezien en zo nodig instructies geven hoe dit wordt gedaan. Tijdens de trainingen kan er gebruikt worden gemaakt van de bal.

Het materiaal wordt op onderstaande manier ontsmet;

Ballen

Wanneer:

- bij elke wisseling van groep
- Voor en na elke training worden de ballen ontsmet.

Hoe:

- In een grote kuip wordt de bal voor de training ongeveer 30 seconden ondergedompeld in het ontsmettingsmiddel/chloor oplossing.
- Na de training neemt iedereen weer een bal mee naar de ballenkast.
- De bal wordt in de grote teil ondergedompeld en waarna de bal direct in de ballenkast wordt gelegd, zodat ie kan opdrogen.

Ontsmettingsmiddelen

Voor ontsmetten van overige materialen kan Dettol gebruikt worden. Ook een bak met een verhoogde concentratie chloor (1,5 mg/l) die beschikbaar gesteld kan worden door het zwembad.

Zie onderstaande bronnen;

- <https://www.medicalfacts.nl/2020/03/02/deze-producten-zijn-geschikt-om-oppervlakte-reinigen-van-besmetting-met-coronavirus-covid-19/>
- <https://forum.preppers.nl/topic/14367-ontsmetting-van-oppervlakken-corona/>
- <https://youtu.be/YzWcLIDlrU?t=676>