

Versie 2.3

september 2020

# Protocol Verantwoord Waterpolo

Aquapoldro

## Inhoud

Inleiding.....	3
Uitgangspunten en regels .....	3
Voor het trainen.....	3
Spelers.....	4
Ouders.....	4
Trainers .....	4
Trainingen .....	6
Ontsmetten van materiaal.....	6
Ballen: .....	6
Evt. andere trainingsmaterialen .....	6
Ontsmettingsmiddelen .....	6

## Inleiding

Ter voorbereiding van het waterpolo seizoen, starten de trainingen in september weer in de Sprenkelaar en in Malkander. Om te waarborgen dat deze 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.

Tijdens de trainingen dient eenieder zicht te registreren (trainers, spelers, vrijwilligers en toeschouwers/ouders). Er is voor toeschouwers en ouders in 't Sprenkeltje een registratie map beschikbaar. De trainers zien erop toe dat de spelers die komen trainen zich registreren.

## Uitgangspunten en regels

Zwemmen is weer toegestaan. Om alles verantwoord te laten verlopen zijn er een aantal regels opgesteld.

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 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 10 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.
- Blijf minimaal 10 dagen thuis wanneer je net teruggekomen bent van vakantie of verblijf uit een oranje of rood risicogebied.
- 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 toegankelijk maar moeten zo min mogelijk worden gebruikt.
- Was je handen voor je naar het zwembad komt.
- Douchen kan beperkt, niet uitgebreid haren wassen, alleen snel afspoelen.
- Doe thuis je zwemkleding aan en neem schoon ondergoed mee naar het zwembad.

## Spelers

- Spelers dienen zich vooraf aan de training te registreren.
- Houd je aan de aanwijzingen van de trainers en de aangegeven routes!
- 10 minuten voor de training mag je het zwembad betreden, omkleeden doen we aan de rand van het bad.
- Wacht aan de rand van het bad tot de voorgaande training is afgelopen.
- Bij afloop van de training moet men het water aan de lege badrand verlaten en daar wachten tot de volgende trainingsgroep in het water ligt.
- Wanneer de groep in het water ligt kan de vertrekkende groep de spullen pakken en zich gaan omkleeden.
- Bij de Sprenkelaar geldt dat de b-jeugd en de senioren gebruik mogen maken van de badhokjes en de grote kleedruimte, zorg wel dat de afzetting en de krukjes blijven hangen.
- De overige jeugd kleedt alleen om in de kleedhokjes.
- 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.
- Houd 1,5 meter afstand van vrijwilligers, van teamgenoten en trainers voor en na de training!
- Volg de aanwijzingen van de kaderleden op en ga niet in discussie.
  
- Bij meerijden bij uitwedstrijden draagt iedereen vanaf de C-jeugd een mondkapje in de auto.

## Ouders

Ouders moeten met de volgende regels rekening houden;

- Kinderen worden afgezet voor het zwembad. Bij de Mini's mogen ouders helpen met omkleeden.
- Het is niet toegestaan dat ouders in het zwembad zijn tijdens de training.
- Ouders mogen de wedstrijden in de Sprenkelaar volgen vanaf de tribune of vanuit 't Sprenkeltje, zij dienen zich aan de 1,5 meter maatregel te houden. .
- In Malkander moeten de ouders in de ruimte naast het wedstrijdbad blijven.
- Ouders dienen zich te registreren wanneer zij de wedstrijden willen bijwonen via de QR code in 't Sprenkeltje en in de ruimte bij Malkander.
- Wij vragen ouders zich ook buiten het zwembad te houden aan de samenscholingsregels en de 1,5 meter afstand.
- Ouders dragen altijd een mondkapje in de auto bij het rijden voor uitwedstrijden.

## 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.

- Trainers dienen zich vooraf aan de training te registreren.
- Trainers zorgen ervoor dat de registratie map ingevuld wordt door de spelers vooraf aan de training.

- De trainer geeft de training
- De trainer gaat zelf het water niet in
- Houd 1,5 meter afstand op de kant van spelers en andere trainers/vrijwilligers.

## Trainingen

- Aquapoldro maakt gebruik van het wedstrijdbad en het instructiebad
- Voor de training dient men zich te registreren, zodat er altijd kan worden nagaan wie er aanwezig is op de training
- Voor alle jeugd tot en met 18 jaar geldt de 1,5 meter maatregel niet tijdens de training, behalve richting alle personen ouder dan 18 jaar (trainers, ouders en vrijwilligers).
- Men dient zich 5 minuten van voor tevoren te verzamelen bij de hoofdingang van het zwembad, houdt hierbij de 1,5 meter afstand in acht.
- Kleding stop je in je tas en deze neem je mee naar de trainingslocatie.
- Tijdens de training wordt er minimaal gebruik gemaakt van het toilet, belangrijk dus dat je thuis nog even naar het toilet gaat.
- 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.

## De laatste minuten van de training wordt gebruikt voor het opruimen en ontsmetten van het gebruikte materiaal, het omkleden en het vertrek. Ontsmetten van materiaal

Tijdens de trainingen kan er gebruikt worden gemaakt van het doel en de bal.

Het materiaal wordt op onderstaande manier ontsmet;

### Ballen:

- De ballen komen al in aanraking met water en chloor en hoeven daarom niet extra gereinigd te worden.
- Na de training neemt iedereen weer een bal mee naar de ballenkast.
- Na elke training worden de ballen aan de lucht gedroogd.

### Evt. andere trainingsmaterialen:

- Het te reinigen oppervlak wordt met zeep en water gereinigd.
- Hiervoor wordt gebruik gemaakt van een spuitflacon met Dettol allesreiniger, afgespoeld met water en daarna gedroogd aan de lucht.

### Ontsmettingsmiddelen

Voor ontsmetten van alle overige materialen kan Dettol gebruikt worden en eventueel 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>