

Gedragcode voor de gymnast

Algemene regels

- Houd steeds 1,5 meter afstand van iedere persoon buiten je huishouden. Wanneer je sport, probeer je de 1,5 meter afstandregel zoveel mogelijk te respecteren.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Sport niet en blijf thuis als je symptomen hebt die op COVID-19 kunnen wijzen, zoals een griepig gevoel, koorts, hoesten, kortademigheid, neusloop of ongewone vermoeidheid. Ga pas weer sporten als het mag van je arts.
- Houd er rekening mee dat lokale overheden strengere restricties kunnen opleggen.

VOORBEREIDING THUIS (Alleen bij een geplande activiteit)

- Ga alleen naar de sportclub voor een geplande activiteit.
- Ben je ouder dan 12 jaar voorzie dan een mondmasker. Het gebruik van dit mondmasker tijdens de training wordt door de trainer met jou besproken.
- Ga na welke maatregelen inzake mondmaskerplicht gelden in de gemeente Willebroek.
- Laat tijdig weten dat je aanwezig zal zijn.

KLEDING EN MATERIAAL

- Trek je sportkleden al aan. Vermijd het gebruik van de kleedkamers. Deze worden enkel gebruikt om overkledij te plaatsen (schoenen, jas,...)
- Drankjes worden enkel toegelaten in een persoonlijke drinkbus. Zorg ervoor dat jouw naam op de drinkbus aanwezig is

- Check dat je al je spullen bij hebt, zodat je niets hoeft te lenen. Denk zeker aan een mondmasker.
- Ontsmet je sportmateriaal. (Vb. riempjes voor barre en rek,...)

HYGIENE

- Desinfecteer je handen bij het binnenkomen van de zaal. VTS-gym voorziet hiervoor het nodige materiaal.
- Ontsmet je handen indien mogelijk voor je werkt aan toestellen waarbij er veelvuldig contact is met de handen (rekstok, barre, balk).
- Houd er rekening mee dat de toiletten beperkt toegankelijk zijn.
- Was na het toiletbezoek je handen 20 seconden met water en zeep.

VERVOER NAAR EN VAN DE SPORTCLUB

- Ga bij voorkeur alleen naar de sportlocatie.
- Neem je de auto, rij dan alleen of met huisgenoten of met personen met wie je samen gaat sporten.

SPORTEN

- In georganiseerd verband mag de groep waarmee je sport uit maximaal 50 personen bestaan, inclusief leiding en assistenten. Binnen deze groep hoef je geen rekening te houden met de afstandsregel van 1,5 meter en is er onderling contact mogelijk tijdens het sporten.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training naar de sportclub.
- Elke gymnast dient voor het betreden van de turnzaal zijn naam en e-mail adres of telefoonnummer achter te laten. (via registratieformulier of via aanwezigheidslijst). Anders krijgen ze geen toegang tot de zaal. Voor de kinderen die alleen naar de zaal komen, dienen de ouders ervoor te zorgen dat hun kinderen de nodige gegevens bij hebben.

Turnzaal Kerkstraat :

Ingang : via de nooduitgang achter in de zaal (we wachten op de speelplaats, indien er niet geturnd wordt, anders wachten we aan het hek)

Uitgang : reguliere ingang via deur school (deur kleedkamers)



NA HET SPORTEN

- Desinfecteer je handen.
- Vertrek zodra je klaar bent. Blijf niet nodeloos hangen in de sportinfrastructuur om uit te rusten of te socializen met andere sportbubbels.
- Ontsmet je eigen sportmateriaal.

WAT DOE IK INGEVAL VAN BESMETTING OF MOGELIJKE BESMETTING VAN EEN GYMNAST OF EEN FAMILIELID

- Verwittig onmiddellijk de hoofdleiding van VTS-gym (0498/93 95 17 of mampaey.katja@telenet.be) .