



MSV Spijkenisse

We Are All The Same



Protocol Loopgroepen MSV Spijkenisse

Door NOC / NSF zijn protocollen opgesteld waaraan MSV zich tijdens de buitentrainingen aan conformeert.

Daarnaast houden wij ons ook aan het protocol wat door MSV Spijkenisse is opgesteld. Dat betekent nogal wat.

MSVS en haar trainers vragen daarom om jouw medewerking, alleen samen kunnen we de regels naleven.

Het is voor ons allemaal improviseren en proberen zo goed mogelijk om te gaan met de omstandigheden.

Iedereen wordt daarom met nadruk verzocht de hieronder opgenomen Veiligheids- en hygiëne voorschriften door te nemen.

Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop.

- Aanmelden per keer is verplicht. Zo weten we wie en hoeveel mensen er aanwezig zullen zijn. (graag ook even melden, wanneer je alsnog verhinderd bent)
- Meld je aan volgens het verplichte reserveringssysteem.
- Iedereen die tot de risicogroep behoort of 70+ is, dient zelf hun risico te analyseren of zij op de accommodatie of in de openbare ruimte zich in groepen kunnen begeven, raadpleeg desnoods je huisarts.
- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 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 u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact.
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden .
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Ga voordat je naar de training vertrekt thuis naar het toilet; want op de startlocatie zijn geen wc's.
- Was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden.
- Was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de startlocatie en ga direct daarna naar huis.
- Niet nablijven, maar direct na afloop vertrekken van het terrein.
- Je komt met een gevulde bidon en schone handen naar het startpunt.
- De sporter dient te allen tijde de adviezen van de trainer op te volgen.
- De trainer behoudt zich het recht voor om een sporter toegang tot de trainingen te ontzeggen bij het niet naleven van de voorschriften of adviezen van de trainer.
- De boetes op het niet naleven zijn (terecht) bijzonder hoog!
- Het is gewenst dat elke loper een schoon shirt en handdoek mee neemt.
- Volg de richtlijnen van het RIVM aangaande vervoer met meerdere leden in één auto, die wel/niet uit een gezin komen.

- De trainer beslist in alle redelijkheid in situaties waarin bovenstaand protocol niet in voorziet.

Hoewel wij verheugd zijn dat wij weer kunnen trainen, beseffen wij dat de trainingen en de belevingen anders zijn dan normaal.

Wij vragen jullie begrip hiervoor.

Het bestuur verwacht wenst iedereen veel loopplezier en laten wij er met elkaar voor zorgen dat het aantal besmettingen door het Coronavirus niet gaat oplopen.

Wanneer wij weer normaal kunnen lopen is niet bekend. Dit kan zodra het contactverbod door de regering is opgeheven, hopelijk is dit na 1 september.

Tot slot:

Het is dan ook erg belangrijk dat iedereen vooraf op de website het reserveringsformulier invult.

Onze nieuwe voorzichtige opstart kan een succes worden als wij in niet te grote groepen lopen.

Bestuur MSV Spijkenisse

We Are All The Same