



# FCC WHEELS CORONA MAATREGELLEN



Per 01-07-2020

## Corona verantwoordelijke personen:

- Tom Verhoeven
- Jeroen van Nistelrooij
- Patrick van Dijck
- Corno Pennings
- Alex Veldt

Eenieder die komt trainen doet dit op eigen risico en dient zich aan de afspraken te conformeren, en regels op te volgen van RIVM, VWS, NOC-NSF Protocol verantwoord sporten.

## Zieke verschijnselen



Blijf of ga naar huis bij (milde) verkoudheidsklachten zoals, snotteren, hoesten, keelpijn of koorts.



Blijf thuis als je een huisgenoot hebt met koorts. 38° graden

## Hygiënemaatregelen



Vermijd fysiek contact en schud geen handen



Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.



Was je handen met water en zeep veelvuldig. In ieder geval voor het eten, na toiletbezoek, na reizen.



Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training



Niet samentroepen buiten de poort



Houd 1,5 meter afstand.



Spreek elkaar aan op gedrag.

In eerste plaats is iedereen zelf verantwoordelijk om de regels na te leven. Maar spreek elkaar aan op afwijkend gedrag en corrigeer elkaar



Direct na de training het terrein verlaten, en naar huis gaan (niet op parkeerplaats blijven).



# FCC WHEELS CORONA MAATREGELEN



Per 01-07-2020

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop
- 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 je kind weer laten sporten en naar buiten;
- blijft 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 (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar);
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- 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;
- douche thuis en niet op de sportlocatie;
- vermijd het aanraken van je gezicht;
- schud geen handen;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.
- kom alleen naar de sportlocatie wanneer er voor jou een sportactiviteit geïndiciseerd staat;
- kom in sportkleding naar de sportlocatie. Eventueel aanwezige kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit naar de sportlocatie en wacht op aanvang op de daarvoor aangewezen plek;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, buurtsportcoaches en bestuursleden;
- sporters van 13 t/m 18 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere sporters. Bij sporters t/m 12 jaar is deze afstandsbepaling onderling niet aan de orde;
- Sporters van 19 jaar en ouder moeten 1,5mtr afstand houden tot alle andere personen.
- **Voor alle rijders geldt: houd handschoenen aan!!**
- neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- verlaat direct na de sportactiviteit de sportlocatie.
- Er kan geen kleding (helm / handschoen etc). geleend worden van FCC wheels tijdens deze periode.
- Er kan geen fiets geleend worden van FCC wheels tijdens deze periode.



# FCC WHEELS **CORONA MAATREGELLEN**



Per 01-07-2020

## Voor ouders en verzorgers

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- Informeer uw kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiding opvolgen;
- breng je kind(eren) alleen naar de sportlocatie wanneer er een sportactiviteit voor jouw kind(eren) gepland staat;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als je kind klachten heeft van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat uw kind tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet uw kind thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- reis alleen met jouw kind(eren) of kom met personen uit jouw huishouden;
- breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportlocatie;
- als ouder/verzorger/begeleider heb je geen toegang tot de sportlocatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren);
- kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit op de sportlocatie;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, begeleiders en bestuursleden;
- direct na de sportactiviteit halen de ouder/verzorger de kinderen op van de sportlocatie/afgesproken plek. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.