

Dit protocol is tot stand gekomen in afstemming met Atletiekunie, gemeente en GAC bestuur. Het algemene protocol "Verantwoord Sporten" van NOC*NSF heeft als basis gefungeerd.

Doel is een gefaseerde en verantwoorde openstelling van de GAC sportfaciliteiten. Social distancing vormt de basis: zorgen voor een veilige afstand van ten minste 1,5 meter (met uitzondering van de leeftijdsgroep t/m 17 jaar) en zorgen dat er geen fysiek contact plaatsvindt. We vragen alle betrokkenen de richtlijnen uit dit protocol strak op te volgen in het belang van de volksgezondheid. Volg de RIVM Veiligheid- en hygiëneregels op.

Maatregelen voor pupillen, ouders/verzorgers

- Geef uiterlijk de dag voorafgaand aan een training door aan de hoofdtrainer of jouw kind(eren) wel of niet aanwezig zal zijn
- Reis alleen of kom met personen uit jouw huishouden naar de sportaccommodatie.
- Kom in sportkleding naar de club. De kleedkamers zijn gesloten en douchen is niet toegestaan.
- kom of breng je kind(eren) niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training naar de club. - De in- en uitgang naar de baan is verplaatst naar één plek: de poort van de fietsenstalling. - Verlaat z.s.m. na de training de accommodatie of haal direct na de training jouw kind(eren) op van de accommodatie. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.
- Ga voordat je naar de club vertrekt, thuis naar het toilet.
- Kom alleen wanneer er voor jou een training gepland staat.

=> Gewijzigd trainingsschema GAC pupillen:

a) Woensdag training van 17.30-19.00 uur

b) Zaterdag training van 09.00-10.30 uur

- Houd 1,5 meter afstand tot de andere atleten en de trainers. Als pupil hoef je onderling geen 1,5 meter afstand te houden, maar vermijd contact met andere kinderen en je trainers.
- Gebruik alleen je eigen bidon om uit te drinken.
- Volg altijd de aanwijzingen van trainers, begeleiders en bestuursleden op.
- Wanneer trainers bij een atleet vaak moeten ingrijpen op naleving van het protocol en daardoor de veiligheid niet kunnen garanderen, kan de trainer besluiten om de atleet de toegang tot de sport accommodatie en/of de training te ontfemen.

Maatregelen voor trainers

- Bereid je training goed voor.
- Houd 1,5 meter afstand ten opzichte van alle atleten en mede-trainers.
- Vermijd fysiek contact met je atleten.
- Kom zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportaccommodatie.
- Wees als trainer uiterlijk 15 minuten voor aanvang van de training aanwezig.

=> aanvulling GAC pupillen: verdeel de groepstaken die bij de voorbereiding horen.

a) Minimaal één groepstrainer gaat eigen atleten opvangen op de toegewezen verzamelplek nabij de fietsenstalling

b) Maximaal één groepstrainer haalt alle benodigde oefenmaterialen en reinigungssets op uit het materialenhok

Protocol GAC baantrainingen

Versie 13, 17 december 2020

c) Richt de toegewezen en benodigde oefenlocaties voorafgaand aan start trainingstijd in, zodat er gelijk begonnen kan worden als alle atleten aanwezig zijn. - zorg voor een veilige ontvangst en vertrek van je atleten => Aanvulling GAC pupillen:

a) Verzamel je atleten voor aanvang van de training op de toegewezen groepsverzamelplek. d) Start met de training als je groep compleet is.

e) Verzamel einde trainingstijd weer bij de toegewezen groepsverzamelplek.

f) Zie erop toe dat je atleten het terrein niet eerder verlaten dan dat er visueel contact is met de persoon die hun ophaalt.

g) Vertrek zelf niet eerder dan dat al je atleten zijn vertrokken.

- Volg de voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van oefenmaterialen.

=> Aanvulling GAC:

a) De door één trainer per groep op te halen materialen zijn schoon en klaar voor gebruik.

b) Voor iedere trainingsgroep is een eigen reinigingsspray beschikbaar

d) Reinig na afloop van de training alle gebruikte materialen.

e) Één trainer per groep brengt na afloop van de training alle oefen- & reinigingsmaterialen terug naar het materialen hok.

f) Laat niets aan materialen achter op de baan, ook niet voor een eventuele volgende groep.

- Help de atleten om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt.

- Zorg zelf, indien noodzakelijk of gewenst, voor persoonlijke beschermingsmiddelen

Maatregelen voor junioren en ouder

Aanvullingen op de maatregelen van het kabinet die tijdens de Corona-crisis gelden.

- Baan- en tijdsindeling worden beheerd door het crisisteam onder leiding van Aswin Jägers, zie link en contact gegevens onderaan de pagina. Initiatieven zijn welkom, maar graag in overleg.
- Kom alleen naar de accommodatie als er een training gepland staat
- Zolang de crisis en de 1,5 m maatregel duren is, op de tijden die de GAC van Nike huurt, de baan alleen open voor gebruik door baanatletiekgroepen voor wie baan- en materiaalgebruik essentieel zijn voor het uitoefenen van hun sport.
- Als de baan in gebruik is, ook buiten die uren, is aanvullend de baan gesloten voor individuele baanatleten en alle leden die niet in de contributie het baantarief betalen. Dit geldt dus ook voor functieleden die op dat moment geen specifieke taak hebben die gerelateerd is aan de trainingen of beheer.
- Het clubhuis is gesloten. Vergaderen kan alleen op aanvraag bij secretaris met inachtneming alle RIVM regels.
- De krachtruimte en fysio faciliteiten zijn gesloten.
- Er is geen zaaltraining
- Toegang tot de baan is voor alle atleten uitsluitend via het fietsenhok.
- Mila 18+ mogen in groepjes van 2 personen buiten de baan trainen. Op de openbare weg geldt dat het 2 personen inclusief trainer is. De trainer bepaalt of dit haalbaar en/of wenselijk is. Indien de training doorgang vindt, bepaalt de trainer de locatie van het startpunt. De trainer informeert de atleten op de gebruikelijke wijze.
- De Mila selectie behoudt de training op dinsdag- en donderdagavond van 19.00 – 21.00 uur, op de baan mits de 1,5 meter in acht wordt genomen en met een groep van maximaal 2 atleten (exclusief trainer).
- De masters, allround 18+, werpgroep en team Arena 18+ blijven trainen op de baan, in groepen van maximaal 2 personen (exclusief trainer). De trainer bepaalt of dit mogelijk is. Indien dit niet mogelijk is, wordt de training tijdelijk stopgezet.
- De rondbaan wordt niet als zodanig gebruikt als er meerdere groepen vanaf junioren op de baan zijn. Dat heeft te maken met:
 - het waarborgen van 1,5 m afstand tot groepen op de verschillende technische locaties - trainers mogen met hun groepen op de aan hun toegewezen locatie de gehele baanbreedte gebruiken om afstand van elkaar te kunnen houden.
- Geef elkaar de ruimte bij het betreden en verlaten van de fietsenstalling
- We gaan kijken hoe we de baan slimmer in kunnen delen zodat de baan maximaal gebruikt kan worden zonder dat er opstoppen of onveilige situaties ontstaan. Het schema en de locatietoewijzing waren en blijven leidend.
- Volg altijd de aanwijzingen van trainers, begeleiders en bestuursleden op.
- Wanneer trainers bij een atleet vaak moeten ingrijpen op naleving van het protocol en daardoor de veiligheid niet kunnen garanderen, kan de trainer besluiten om de atleet de toegang tot de sport accommodatie en/of de training te ontfemen.

Contact Aswin Jägers: aswin.jagers@gach.nl Link naar baan- en tijdsindeling:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1SsW49tAd2ph5PWOF6IS8Pt4BQYZIIpB5vRRFDIdIJmw/edit?usp=sharing>