

TAEKWONDO NIJVERDAL

COVID-19 PROTOCOL

Beste leden, ouders,

De groene stukken zijn nieuw in dit protocol. Lees ze aub. Tijdens de laatste persconferentie zijn de maatregelen strenger geworden. Tot 18 November zijn er helaas geen lessen voor leden vanaf 18 jaar.

Er zijn een aantal voorwaarden waar we aan moeten voldoen die in dit protocol staan.

Kijk goed in de tabel met trainingstijden

Protocol: Strikte voorwaarden voor deze trainingen

Voor elke training: Aanmelden via de Taekwondo App.

- **Niet vergeten!!** Je meldt je af via WhatsApp als je niet kunt komen ("Taekwondo Nijverdal Clan" of "Ouders groep Taekwondo"). Bij binnenkomst in de zaal meet je jouw temperatuur, en noteer je deze op de lijst bij jouw naam. Ook noteer je de aankomst- en vertrektijd. Is jouw temperatuur op deze thermometer boven de 37,5 graden, dan kan je niet meedoen met de les (zie ook 'wat altijd geldt' hieronder voor andere redenen waardoor je niet mee kunt doen met de les).

Naar de training, brengen & ophalen

- Ga voor de training thuis naar het toilet en was vooraf je handen.
- Kom het liefst lopend of op de fiets. Kom alleen of kom met personen uit jouw huishouden.
- Neem een handdoek en bidon met drinken mee naar de les.

Tijdens de training

- **De kleedruimtes en douches kunnen niet gebruikt worden (toilet wel).**
- We zetten zoveel mogelijk deuren en ramen open (voor ventilatie) en maken kussentjes en andere materialen schoon na gebruik.
- Trainen doen we in officieel Taekwondo pak. Neem altijd buiten schoenen/TKD schoentjes mee!

Afstand houden

- **Voor en na de les:** Iedereen houdt 1,5 meter afstand van de trainer(s) en assistent trainer(s),
- Kinderen tot en met 17 jaar mogen dichterbij elkaar komen. Voor hen geldt de regel van onderling afstand houden dus niet, wel ten opzichte van anderen die ouder zijn dan 18 jaar.

Wat altijd geldt

- Was je handen regelmatig minimaal 20 sec. met zeep. Ook voor en na de training! Schud geen handen, doe geen high-fives, en vermijd het aanraken van je gezicht. Hoest of nies in de binnenkant van je elleboog.
- Je blijft thuis bij de volgende (ook bij milde) verschijnselen: verkoudheid (niezen, lichte hoest, keelpijn, loopneus, en dergelijke), koorts, luchtwegklachten of bij plotseling verlies van reuk of smaak. Ook als je een huisgenoot hebt met koorts (vanaf 38 graden), luchtwegklachten of benauwdheid blijf je thuis. En je blijft thuis tot 10 dagen nadat iemand in jouw huishouden positief getest is op COVID-19.

Tabel 1: **Tijdelijk** lesrooster Taekwondo trainingen.

Lessen voor 18 jaar en ouder vervallen (in elk geval tot en met 18 November 2020)

Dag	Start en eindtijd	Voor wie	Trainer	Locatie
Dinsdag	18.30 – 19.30	VERVALT Stijl		±
Dinsdag	19.30 – 20.30	VERVALT Dames 35+		±
Woensdag	18.30 – 19.30	Alle leden tot en met 17 jaar	Harry of Roy	1
Zaterdag	12.00 – 13.30	Alle leden tot en met 17 jaar	Wibo & Roy	1
Zaterdag	13.30 – 14.30	VERVALT Kinderen 5 t/m 12		±

Locatie 1: Binnen of op het schoolplein van “de Brug”.

Corona coördinator:

Wibo ten Hove - Telefoon: 06-12967997 - E-mail: wibotenhove@hotmail.com

Trainers



Wibo ten Hove
Hoofdtrainer



Harry Bargboer



Roy ten Bergen

Assistent trainers



Yuri Spijkerman



Julia Molenaar



Sherick Burggraaff



Fay Kelder

Taekwondo Vereniging
Nijverdal wordt erkend door:



Dit protocol is opgesteld in overeenstemming met het vernieuwde protocol van NOC-NSF