

# Protocol KNZB Bad Zeist

## Voorwoord

Sinds 29 september 2020 is het protocol Verantwoord Zwemmen door de zwembadbranche online gezet. Het KNZB Bad Zeist heeft een vertaalslag gemaakt naar de eigen accommodatie om zo verantwoord en veilig zwemmen weer mogelijk te maken. Dit protocol is naast het reeds bestaande protocol Verantwoord Zwemmen leidend bij het gebruik van de accommodatie van het KNZB Bad Zeist zolang er maatregelen gelden omtrent het COVID-19 virus. Wij verzoeken dan ook iedereen om onderstaande maatregelen uit te voeren en te handhaven. Daarnaast is naleving van onderstaande regels voor iedereen per doelgroep noodzakelijk.

## Veiligheid en hygiëne in en om het zwembad (algemeen)

### Veiligheid en hygiëneregels voor iedereen (op basis van Richtlijnen RIVM):

- Blijf thuis als u/je de afgelopen 24 uur één van de volgende (ook milde) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in uw/jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag u/je weer sporten en naar buiten;
- Blijf thuis als iemand in uw/jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u/je tot 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u/je thuis blijven tot 10 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
- voor iedereen van 13 jaar en ouder geldt een dringend advies een niet-medisch mondkapje te dragen in de binnenruimtes van de sportaccommodaties. Bij de normale sportbeoefening hoeft het mondkapje niet gedragen te worden;
- Blijf thuis als u/je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een test) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
- Blijf thuis als u/je in thuisisolatie bent omdat u/je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten uw/jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot 18 jaar onderling);
- Hoest en nies in uw/je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Ga voordat u/je van huis vertrekt, thuis naar het toilet;
- Doe thuis uw/je zwemkleding aan onder uw/je gewone kleding;
- Vermijd het aanraken van uw/je gezicht;
- Schud geen handen.

## Voor zwemmers:

1. Houd de door het RIVM voorgeschreven afstanden aan;
2. Kom alleen op vooraf besproken tijden;
3. Kom alleen of kom met personen uit uw/jouw huishouden;
4. Kom met persoonlijk vervoer: zoals te voet, met de fiets of auto.
5. Kom niet eerder dan 10 minuten voor de afgesproken starttijd naar de accommodatie;
6. Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op;
7. Ga voorafgaand aan het zwembadbezoek thuis naar het toilet;
8. Trek thuis uw/je badkleding aan. Op een aangeduide locatie (tribune KNZB Bad Zeist) in de badinrichting hoeft/hoef u/je als zwemmer alleen de 'overkleding' uit te trekken en in een meegenomen sporttas mee te nemen naar een aangewezen plek, inclusief schoenen. Na het zwemmen kan u/je uzelf/jezelf omkleden in de daartoe aangewezen ruimtes (zwemmers van 18 jaar of ouder, maximaal 6 personen per kleedkamer);
9. Was voorafgaand aan en na afloop van het zwembadbezoek uw/je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
10. Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het noodzakelijke minimum;
11. Beperk gebruik van niet noodzakelijke ruimten in de accommodatie;
12. De toegang naar de hal van de krachtruimte/coachruimte is verboden en alleen toegestaan met toestemming;
13. Douchen is toegestaan bij de aangewezen douches;
14. Verlaat direct na het zwemmen (binnen 10 minuten) de accommodatie zo spoedig mogelijk via de routing (via de kleedkamers van het KNZB Bad Zeist) naar de aangewezen uitgang;
15. Blijf thuis als u/je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
16. Blijf thuis als iemand in uw/jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag u/je weer sporten en naar buiten;
17. Blijf thuis als iemand in uw/jouw huishouden positief getest is op het coronavirus (COVID-19). Omdat u/je tot 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u/je thuisblijven tot 10 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
18. Blijf thuis als u/je het coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een test) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
19. Blijf thuis als u/je in thuisisolatie bent omdat u/je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het coronavirus is vastgesteld;
20. Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.



### **Voor huurders:**

1. Zorg dat u/je op de hoogte bent van de door de badinrichting vastgestelde regels en zorg ervoor dat deze nageleefd worden;
2. Stel minimaal een coronaverantwoordelijke aan en zorg dat die persoon bij iedereen bekend is en op de hoogte is van de geldende regels/kaders. Ook adviseert hij/zij medewerkers en vrijwilligers bij het eventueel aanpassen van het (coronaproof) sport- of lesaanbod;
3. Geef trainers/instructeurs instructie over de wijze waarop ze op verantwoorde en veilige manier sport- of lesaanbod kunnen uitvoeren;
4. Communiceer de geldende regels met uw/je trainers, zwemmers, ouders via de eigen communicatiemiddelen en controleer of het zichtbaar aanwezig is op de accommodatie;
5. Geef trainers/instructeurs de instructie dat zij bezoekers moeten aanspreken op ongewenst gedrag bij overtreding van de regels;
6. Publiek is niet toegestaan in de accommodatie en dat geldt ook voor ouders van kinderen (tenzij anders is afgesproken);
7. Zorg waar nodig voor persoonlijke hygiëne en schoonmaakmiddelen voor uw/je medewerkers en vrijwilligers;
8. Geef medewerkers en vrijwilligers de instructie dat zij bezoekers moeten helpen bij het naleven van de regels;
9. Stel aan de hand van dit protocol en het protocol Verantwoord Zwemmen zelf een verenigingsplan op en deel dit met de exploitant (zie bijlage corona checklist voor verenigingen);
10. Huurder is er zich van bewust dat hij/zij als gebruiker verantwoordelijk is voor het naleven van de regels. Wanneer de exploitant constateert dat de regels niet worden nageleefd dan volgt er eerst een waarschuwing alvorens de toegang tot de accommodatie kan worden ontzegd;
11. Wanneer er controle van buitenaf plaatsvindt (handhaving, politie, etc.) dan is de huurder er zich van bewust dat hij/zij verantwoordelijk is voor het naleven van de regels. Als bij deze controle blijkt dat er regels zijn overtreden door één of meer personen toebehorend aan de huurder dan gaat de huurder ermee akkoord dat de eventuele consequentie(s) (boete, ontzegging toegang, etc.) voor eigen rekening is/zijn;
12. Het advies is om in kleine groepen te beginnen en (wanneer men meer gewend is aan de situatie en de 1,5 meter goed kan worden nageleefd) het aantal personen in het water verder uit te breiden als daar behoefte aan is.

### **Voor coronaverantwoordelijke/trainers:**

1. Per groep wordt er één coronaverantwoordelijke aangesteld. Dit wordt doorgegeven aan het KNZB Bad Zeist;
2. De coronaverantwoordelijke houdt er toezicht op dat men zich in de accommodatie (zowel op de tribune als in het water) aan de in dit protocol benoemde regels houdt en dat men zich ten alle tijden aan de 1,5 meter afstand houdt. Wanneer dat niet gebeurt dient de coronaverantwoordelijke diegene daarop aan te spreken;
3. Voorafgaand aan de training checkt de coronaverantwoordelijke of mensen klachten hebben zoals neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts middels het stellen van vragen. Bij klachten wordt de persoon onmiddellijk naar huis gestuurd;
4. Als blijkt dat het men om welke reden dan ook niet lukt zich aan de 1,5 meter afstand te houden dan dient dit te worden doorgegeven aan de exploitant. Gezamenlijk wordt dan een oplossing bedacht;

5. De coronaverantwoordelijke stuurt elke individuele zwemmer naar zijn/haar aangewezen plek langs de badrand;
6. De coronaverantwoordelijke maakt zowel voor als na de training de reling op de tribune schoon waar de sporters overheen moeten stappen na het omkleden.

## Specifieke maatregelen KNZB Bad Zeist

### Routing/aanmelden:

1. Kom niet eerder dan 10 minuten voor de afgesproken starttijd de accommodatie binnen;
2. Mochten er zich bij de ingang of in de entreehal van het zwembad meerdere personen bevinden, houd dan ten alle tijden 1,5 meter afstand van elkaar (let op: de ingang van het zwembad is ook de uitgang van het zwembad);
3. Bij binnenkomst in de entreehal ten alle tijden eerst de handen desinfecteren met het daarvoor aanwezige handdesinfectiemiddel (dit staat op een tafel in de entreehal);
4. Na het desinfecteren van de handen vervolgt u/je de route naar de tribune om u/je om te kleden. Houd daarbij ten alle tijden 1,5 meter afstand van elkaar;
5. Na afloop van het zwemmen wordt iedereen verzocht de badinrichting binnen 10 minuten te verlaten via de daarvoor aangewezen route, namelijk via de kleedkamers en de entreehal. Houd daarbij ten alle tijden 1,5 meter afstand van elkaar (let op: de ingang van het zwembad is ook de uitgang van het zwembad);
6. In de badinrichting zijn 1,5 meter zones en routes aangegeven. De routing is dusdanig bepaald dat bezoekers elkaar zo min mogelijk kruisen;
7. De huurder geeft vooraf door met hoeveel personen zij komen zwemmen. Er mogen maximaal 100 personen tegelijk in de accommodatie aanwezig zijn (exclusief personeel zwembad en personen toebehorend aan topsportprotocol,

### Omkleden:

1. Bij aankomst bij de badinrichting hebben zwemmers de badkleding al aan onder de gewone kleding;
2. Omkleden gebeurt op de tribune in de daarvoor aangewezen vakken of op de aangewezen plek langs de badrand (schoenen altijd op de tribune uittrekken);
3. Er zijn in totaal 18 omkleedplekken gecreëerd op de tribune. Doe het omkleden zo snel mogelijk, zodat er weer ruimte vrijkomt voor de volgende persoon om zich om te kleden;
4. Trek thuis uw/je badkleding aan zodat u/je alleen de 'overkleding' hoeft uit te trekken. Stop uw/je kleding en schoenen direct in een meegenomen sporttas en neem deze mee naar een door de coronaverantwoordelijke aangewezen plek langs het zwembad;



5. Na afloop van het zwemmen droogt/droog u/je zich/je op de aangewezen plek langs de badrand af;
6. Na afloop van de training kan u/je zich/je omkleden langs de badrand (schoenen mogen alleen in de kleedkamers worden aangetrokken) of u/je neemt de sporttas inclusief schoenen mee naar de kleedkamer, waar u/je zich/je kan omkleden in de daarvoor aangewezen vakken (volwassenen van 18 jaar en ouder, maximaal 6 personen per kleedkamer). Er zijn twee heren/jongens kleedkamers en twee dames/meisjes kleedkamers beschikbaar (kleedkamer 1 tot en met 4);
7. Kleedkamer 5 en 6 zijn alleen bedoeld om rechtstreeks vanuit het bad naar de uitgang te lopen. U/Je kan deze kleedkamers niet gebruiken om uw/je om te kleden;
8. Buitenschoenen mogen onder geen voorwaarden in aanraking komen met de tegels langs de badrand of de vloer bij de douches. De schoenen worden op de tribune uitgedaan en in de kleedkamer weer aangetrokken. Wanneer trainers sportschoenen aan hebben dienen zij de daarvoor bestemde blauwe zooltjes aan te trekken;
9. Er blijft ten alle tijden geen kleding op de tribune of in de kleedkamers achter.

### **Douche- en toiletgebruik:**

1. Zwemmers wordt gevraagd thuis te douchen voor het zwembadbezoek. De douches in de accommodatie worden gebruikt op 1,5 meter afstand;
2. Iedere gebruiker van de accommodatie wordt voorafgaand aan het bezoek verzocht thuis naar het toilet te gaan;
3. Toiletbezoek in de badinrichting wordt tot een minimum beperkt;
4. Er bevinden zich twee noodtoiletten bij de algemene doucheruimte. Bij gebruik wordt het toilet door de gebruiker zelf zowel voor- als achteraf grondig gereinigd met het daarvoor aanwezige desinfectiemiddel (dit staat naast het toilet);
5. Na gebruik van het toilet dient u/je de handen te wassen met het daarvoor aanwezige desinfectiemiddel (dit staat op de wastafel in de toiletruimte).

### **Gebruik materialen en hygiëne:**

1. Maak gebruik van de handenwasgelegenheden;
2. Maak zo min mogelijk gebruik van materialen;
3. Beperk het gebruik van materialen zoveel mogelijk tot 1 persoon;
4. De fitnessruimte en de daarbij behorende materialen mogen ten alle tijden niet worden gebruikt (met uitzondering van personen toebehorend aan het topsportprotocol). De toegang naar de hal van de krachtruimte/coachruimte is verboden en alleen toegestaan in noodsituaties.

## **Nawoord**

Voor specifieke activiteiten in de badinrichting verwijzen wij u/je door naar het protocol Verantwoord Zwemmen. Als laatste geldt: gebruik uw/je gezonde verstand en houd ten alle tijden 1,5 meter afstand van elkaar zowel in het water als in de accommodatie. Bij aanpassingen in de coronarichtlijnen vanuit de overheid voeren wij de noodzakelijke aanpassingen in bovenstaand protocol door.