Jeugdtrainingen R&TC Groenewoud volgens meest recente COVID-19 maatregelen en relevante adviezen

11-05-2020

Trainen volgens alle maatregelen en adviezen

De nieuwe maatregelen die per 29 april in zijn gegaan bieden ruimte voor georganiseerde sportbijeenkomsten voor leden onder de 18 jaar. De jeugdcommissie van R&TC Groenewoud heeft op basis van alle maatregelen en adviezen het volgende plan opgesteld om de jeugdtrainingen op een verantwoorde manier te kunnen hervatten.
Bij het opstellen van dit plan is rekening gehouden met de maatregelen en adviezen van de overheid/RIVM, NOC-NSF en de KNWU (zie bijlagen). De gemeente Nijmegen heeft toestemming gegegeven om volgens dit plan de jeugdtrainingen op te starten. Omdat R&TC Groenewoud geen beschikking heeft over een eigen trainingsaccomodatie en de gemeente geen toestemming heeft verleent voor het trainen in de openbare ruimte zullen we beginnen met trainingen op een door de gemeente aan ons toegewezen sportpark.

Trainingsmomenten:

Enkel de techniektraining op donderdagavond van 18:30-20:00 uur kan vormgegeven worden volgens de maatregelen en adviezen, de toerrit op zondagmorgen vervalt dus totdat de maatregelen zodanig verlicht zijn dat 1.5m afstand niet meer nodig is.

Locatie:

We hebben van de gemeente sportpark Fagelstraat toegewezen gekregen.. We delen deze accommodatie met een turnvereniging die op hetzelfde moment aanwezig is. Wij mogen gebruik maken van “Veld 1A” Wat de helft van het grasveld is dat aan het geasfalteerde sportveld ligt(zie witte kader in afbeelding). Het asfaltdeel is in onderhoud, als beschikbaar mogen we dit ook gebruiken.
Op onderstaande afbeelding is met de witte pijl de ingang van de accommodatie aangewezen. De turnvereniging gebruikt een andere ingang. Trainers en leden worden nadrukkelijk verzocht geen andere in/uitgangen te gebruiken.

De komende tijd wordt er uitgekeken naar trainingslocaties met meer asfalt en bekijken we in samenspraak met de gemeente wanneer er weer op de openbare weg getraind kan worden. Bij wijzigingen horen jullie dit.

Adres sportpark Fagelstraat:
Fagelstraat 1
6524 CD
Nijmegen

Trainingen inhoudelijk:

- Trainingen houden enkel individuele technische en conditionele oefeningen in die jeugdleden makkelijk op afstand van elkaar kunnen uitoefenen.
- Er zijn per training 2 trainers aanwezig die ieder de helft van de jeugdleden onder hun hoede nemen. Beide groepen splitsen op en werken los van elkaar(hoewel op zelfde locatie) hun training af. Dit om makkelijker 1,5m afstand tot elkaar in acht te kunnen nemen.

Capaciteit:

Om alle in dit plan genoemde regels en maatregelen op een correcte manier te kunnen toepassen zal voor de eerste 4 donderdagen gelden dat we met een maximum van 8 jeugdleden zullen trainen onder begeleiding van 2 trainers. Dit betekend dat jeugdleden om de week kunnen trainen. Na 4 weken zal de jeugdcommissie dit evalueren en kijken of er aanpassingen kunnen worden gedaan om de capaciteit uit te breiden naar 12 - 15 leden per training. Jeugdleden mogen onderling wisselen, Stel Gijs hier wel van tevoren van op de hoogte. Bedenk bij evt. ruilen dat de trainingen van 14 en 21 mei hetzelfde onderwerp behandelen en trainingen van 28 mei en 4 juni ook.

Regels waar zowel trainers als jeugdleden zich aan moeten houden om deel te kunnen nemen aan de trainingen:

- Jeugdleden komen op eigen gelegenheid naar de trainingslocatie of worden gebracht door ouders/verzorgers. Ouders/verzorgers zetten het jeugdlid op korte afstand van de daadwerkelijke locatie af om drukte rond in/uitloop te voorkomen.
- Jeugdleden en trainers houden 1,5m afstand van elkaar, zowel voor, gedurende als na de trainingen. Enkel bij een noodgeval zal de trainer dit verbreken.
- Iedereen draagt een geldig legitimatiebewijs bij zich tijdens de trainingen. Dit omdat de gemeente kan komen controleren op het naleven van alle regels.
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden.
- Ga voorafgaand aan de training thuis naar het toilet, tijdens de training is er maar zeer beperkt toegang tot toiletvoorzieningen.
- Je komt niet naar de training als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Je komt niet naar de training als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer deelnemen aan trainingen.
- Je komt niet naar de training als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, mag je niet deelnemen aan trainingen tot 14 dagen na het laatste contact.

- Wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts, ga dan direct naar huis.
- Trainers hebben de bevoegdheid eenieder die zich niet aan bovenstaande regels houd voor het einde van de training naar huis te sturen.
- Ontwikkel je binnen 48 uur na een training benauwdheidsklachten en/of koorts dan stel je hier de jeugdcommissie via Jan Jaap, Sandra of Gijs van op de hoogte.

Contact:
Jan Jaap: 06-83172031/jeugd@rtcgroenewoud.nl
Sandra: 06-19298324/sport@rtcgroenewoud.nl
Gijs: 06-40035220/jeugd@rtcgroenewoud.nl