

Corona maatregelen Senior Sportief Actief vanaf november 2020.

Iedere groep en iedere locatie heeft zijn eigen maatregelen nodig. Het is onmogelijk om standaard maatregelen vast te stellen.

We hebben te maken met algemene maatregelen van RIVM, de protocollen van de diverse locaties en hoe wij onze les willen veilig willen aanbieden.

Deelnemers moeten thuisblijven als zij klachten hebben en nog niet getest zijn, maar ook als zij mensen in hun directe omgeving hebben met klachten die nog niet getest zijn.

Zet in de derde kolom hoe jij dat gaat regelen in jouw groep.

Groep: G02.03 Locatie: Willisstee Wilnis....Tijdstip 10.30 -11.30Aantal deelnemers.....8

Onderdeel les	Vaste maatregel	Specifieke maatregel
Hoeveel deelnemers	Deelnemers melden zich minimaal één dag van te voren af. GV geeft een dag van te voren het aantal deelnemers door aan docent, zodat de lesstof daarop aangepast kan worden. We geven les in groepjes van max. 4, zgn bubbels, in afgebakende gedeeltes. Elke bubbel komt, sport en vertrekt gezamenlijk met in achtning van de 1,5 meter afstand onderling en blijft gedurende de les in het afgebakende gedeelte. De bubbels houden onderling ook de 1,5 meter in acht.	Ik zal met Joke contact hebben hoeveel er komen. Ik leg pionnen neer en daar moeten de deelnemers gaan staan.
Binnenkomst/vertrek	Bij de ingang worden de handen ontsmet. Houd de eventuele routing van de locatie aan. Er wordt geen gebruik gemaakt van kleedkamers en douches. Alleen schoenen wisselen in hal/gang. Iedereen draagt een mondkap totdat men op de gemarkeerde plek in de sportzaal arriveert en de les begint. Men vertrekt ook weer in groepjes en zet weer mondkap op tot dat men buiten is.	Ik zal bij de deur staan met binnen konen. Wij hebben een wisseling met de groep van Henny. Ik zal dit op mij nemen. En mijn deelnemers naar de zijkant van de zaal wijzen zodat de tas en spullen daar neer gelegd kunnen worden. En de deelnemers van Henny er weer uit laten gaan.
In de Zaal	Iedereen houdt zijn spullen in de buurt en blijft met zijn bubbelgenoten gedurende de gehele les in zijn gemarkeerde plek. Zet tassen ook op 1.5 meter van elkaar.	Bij de pionnen kunnen de spullen. En er liggen pionnen in de zaal waar mijn deelnemers mogen gaan staan.
De les	Men moet op anderhalve meter van elkaar blijven. Contactspelen/sporten worden vermeden.	De les zal heel veel bestaan uit bewegen op muziek.(gelukkig mijn specialiteit 😊😊)

Toiletgebruik	Probeer alleen in nood hiervan gebruik te maken. Per locatie zal de protocol daaromtrent anders zijn. Bij terugkomst in de zaal wederom handen ontsmetten.	Denk ik duidelijk. Ik hoop dat er één open is.
Materialen	Ontsmetten of zelf meenemen bv matjes, gewichtjes. Naar keuze kunnen deelnemers zelf handschoenen meenemen en gebruiken. Overleg steeds met de groep waar zij zich veilig bij voelen.	Wij starten met badminton. Die liggen voor ze klaar. Na afloop maak ik ze even schoon. En ik maak gebruik van de bankjes. En die pak ik zelf en ruim ze weer op.
Koffie drinken	Iedereen gaat direct na de les naar huis.	Duidelijk. Alleen erg jammer. Want om 11.30 uur. Zou ik wel een kopje koffie lusten 😊