

Corona maatregelen Senior Sportief Actief.

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 gaan aanbieden.

We willen vragen of je per groep over de specifieke maatregelen (3^e kolom) wil nadenken.

Groep: Parkinson Locatie: De Brug Tijdstip 10:30-11:30 Aantal deelnemers: 10-14

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.	Is je zaal groot genoeg voor het aantal deelnemers?
10 tot 14 deelnemers	De deelnemers melden zich vaak netjes af maar we kunnen het een keer extra benadrukken dat ze ook de ochtend af kunnen melden. Hierdoor kunnen we rekening houden met de indeling van de zaal	De zaal is groot genoeg
Voornemens is om de groepsgrootte op te splitsen naar 7 tot 8 personen, waarbij zoveel mogelijk gesport wordt in vaste groepen van maximaal 4 personen.		
Binnenkomst	Er wordt geen gebruik gemaakt van kleedkamers en douches. Alleen schoenen wisselen.	Temperaturen? Uitvragen? Mondkapjes? Handen ontsmetten?
	Bij binnenkomst zorgen we ervoor dat de deuren openstaan, handgel staat al in de brug. Er is een handwas mogelijkheid.	Wij zullen regelmatig de maatregelen m.b.t. de gezondheidsklachten, afstand houden en handen wassen herhalen. Bij binnenkomst voor de kleedkamer met handgel de handen desinfecteren.

		Voor onze eigen veiligheid, houden wij voldoende afstand en desinfecteren onze handen regelmatig.
In de Zaal	Tassen staan verspreid op ander halve meter van elkaar Eventueel op banken waar men zittend schoenen kan wisselen. Men start op gemarkeerde plekken in de zaal	Waar staat dat veilig? Wij kunnen evt. de plekken in de kleedkamer markeren maar de mensen houden voldoende afstand van elkaar Hoe markeer je dat? Evt. met tape
De les	Men moet op anderhalve meter van elkaar blijven	Hoe gaan we dat met een spel doen? Welke sporten /spelen/vormen zijn geschikt? Bijv. input Ron Sabbé mbt badminton* - Estafette in verschillende vormen, waarbij de deelnemers een voor een van hun plek mogen en de rest wacht - Badminton Bij teamsporten zullen wij de spelregels aanpassen. Wanneer wij besluiten om wel attributen te gebruiken dan zorgen wij ervoor dat wij over de middelen beschikken om deze schoon te maken.
Materialen	Ontsmetten	Welke materialen wel of niet? - Wel: Vloermateriaal: pionnen, hordes, stoelen, hoepel, dynabands - Ballen/tennisbal/racket mits ze de gehele les dezelfde bal gebruiken dus niet een spel of oefening waarbij de ballen door de zaal gaan Iedereen behoud tijdens de les zijn eigen

		materiaal. Gebruik handschoenen? Wij kunnen wanneer nodig is handschoenen gebruiken.
Koffie drinken	Men moet op anderhalve meter van elkaar blijven	Hoe ga je dat organiseren of hoe wordt dat georganiseerd in jouw locatie? Wij hebben begrepen dat in de Burtkamer maximaal 8 personen mogen zijn. Wij zullen vaak met minimaal 10 personen zijn. Wij moeten nagaan of er een uitzondering gemaakt kan worden tot ? personen en anders?

*Zaaldeel C en B werden gebruikt. In deel C, 3 badminton velden opgebouwd...zaal deel B (=midden) rust ruimte en persoonlijke spullen ruimte (mbv. hoepels) gecreëerd. Bij de entree van de zaal een bank opgesteld zodat het kunnen wisselen van schoenen/sportschoenen makkelijker kan. In de zaal mbv hoepels (ruim 1,5m uit elkaar) voor een ieder een 'eigen' plekje gecreëerd waar hun kleding, bidon/handdoekje gelegd kon worden. Na ieder spel, handen reinigen. We hadden 2 posities/kasten neergezet waarop 'gel' units stonden, hier moest de gebruikte shuttle ingeleverd worden in een daarvoor aangegeven shuttle koker en werd door de begeleider een nieuwe shuttle in het nu vrije veld gelegd. Rust banken in halve maan opgesteld met ruim 1,5m tussen ruimte max. 3 personen per bank.