Beste Brigadeleden,

Vanaf maandag 31 mei aanstaande starten we weer met zwemmen. We hebben er lang naar uit gekeken en hebben onze voorbereidingen getroffen.

Om te kunnen starten, zijn er wel een paar regels, waaraan we ons moeten houden.

- Als je klachten hebt, zoals hoesten, snotteren, keelpijn of andere luchtwegaandoeningen en koorts blijf je thuis.
- Kom niet te vroeg, niet eerder dan tien minuten voor aanvang.
- Ouders mogen niet mee het zwembad in. De kinderen moeten voor de deur afgezet worden, waar ze opgevangen worden door iemand van de ARB.
- Buiten staat iemand van de ARB die je een aantal vragen stelt voordat je naar binnen mag.
- Je moet je badkleding aan hebben onder je gewone kleding.
- Je gaat de zwemzaal binnen via de deur achterin bij de horeca.
- In de zwemzaal kleed je je uit en doe je je kleding in een tas die je op de banken van het zwembad neerzet.
- Alle zwemmers vanaf 13 jaar moeten minimaal 1,5 meter onderling afstand houden.
- Zwemmers tot en met 12 jaar moeten minimaal 1,5 meter afstand houden tot de trainers.
- Bij trainingen voor leden vanaf 13 jaar mogen er maximaal personen in de zwemzaal (inclusief kleedruimtes) aanwezig zijn. Acht zwemmers per twee banen (een baan voor heen en de andere baan voor terug).
- De douches zijn gesloten en de toiletten in principe ook. Ga naar thuis vooraf naar het toilet. Alleen bij heel hoge nood wordt het toilet open gemaakt. Douchen na afloop doe je thuis.
- Kinderen t/m 12 jaar mogen in de grote kleedruimtes. Vanaf 13 jaar mogen er maximaal 4 personen in de grote kleedruimte. De kleedhokjes mogen wel allemaal gebruikt worden.
- Startblokken en lesmaterialen mogen niet gebruikt worden.
- Zwemmers blijven zoveel mogelijk in het water. Oefeningen op de kant zijn niet toegestaan.
- Na het zwemmen kleed je je zo snel mogelijk aan en verlaat je het zwembad via de uitgang bij de kleedruimtes.
- Ouders blijven buiten wachten totdat hun kind het zwembad uitkomt. Ook helpen met aankleden mag niet.
- Er is een mondkapjesplicht voor iedereen van 13 jaar en ouder, tot aan te rand van het zwembad.

Andere aandachtspunten voor de leiding:

- Er is altijd één van de kaderleden aanwezig als coronaverantwoordelijke. Deze persoon houdt toezicht op het lesgevend kader en de zwemmende leden en zorgt ervoor dat de regels gevolgd worden. Deze functionaris is gekleed met een oranje fluor hesje, zodat voor iedereen duidelijk is wie aangesproken kan worden bij mistanden.
- Nadat ieder lesuur is afgelopen en de zwemmers omgekleed zijn, worden de kleedruimtes en kleedhokjes schoongemaakt met chloor. Ook alle handgrepen van deze ruimtes en overige toegangsdeuren worden na ieder lesuur goed gereinigd. Het zwembad stelt hiervoor middelen beschikbaar.
- Gebruik je gezond verstand! Bij twijfel of iets wel of niet kan, ga uit van de richtlijnen van het RIVM of overleg met de coronaverantwoordelijke.

De lestijden zijn als volgt:

- 18:30 uur tot 19:15 uur: iedereen tot en met 12 jaar, inschrijven is niet nodig, want voor deze leeftijdsgroep geldt de 1,5 meter regel niet.
- 19:15 uur tot 20:00 uur: iedereen van 13 t/m 18 jaar, maximaal 30 leden. Inschrijven is niet nodig, want we er zijn niet zoveel leden in deze leeftijdscategorie.
- 20:00 uur tot 21:00 uur: iedereen vanaf 19 jaar, maximaal 15 leden. Inschrijven verplicht via mail naar info@rbalblasserdam.nl. VOL = VOL

Het protocol Verantwoord Zwemmen van de KNZB en de regels van zwembad Blokweer zijn bijgevoegd. Lees dit even ook goed.

Veel zwemplezier!

Bestuur en TC Alblasserdamse Reddingsbrigade