

Protocol zwemwedstrijden - Zwemvereniging O.E.Z.A. - Heemskerk



Algemene Richtlijnen

- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;
- Blijf thuis 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, moet je thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
- Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
- Blijft thuis als je in thuisisolatie bent omdat je direct contact hebt gehad met iemand bij wie het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit (zwemwedstrijd) klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar tot volwassenen en kinderen tot 18 jaar onderling);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Was de handen met water en zeep als je handen mogelijk besmet zijn: na het aanraken van objecten waar veel mensen aanzitten (deurknoppen, pinapparaten, afstandsbediening, etc.); na een toiletbezoek; na hoesten, niezen in de handen; na het snuiten van de neus;

Aanvullende richtlijnen



- Tijdens de zwemwedstrijd is een corona verantwoordelijke aanwezig vanuit OEZA (Pascal Palmboom);
- Bij niet naleving van de richtlijnen is de organisatie, alsmede het personeel van het zwembad, bevoegd je de toegang tot het zwembad te ontzeggen.

Aankomst en vertrek

Om drukte te voorkomen, is het strikt noodzakelijk dat iedereen het zwembad betreedt op het aangegeven tijdstip

- Om drukte te voorkomen, zal de toegang tot het zwembad gefaseerd verlopen; De Jeugdraad + wedstrijdorganisatie krijgt om 19.30 uur toegang tot het zwembad (ten behoeve van het zwembad opbouwen); de zwemmers en zwemsters + aanwezige trainers en begeleiding om 19.35 uur; de juryleden zullen om 19.45 uur het zwembad mogen betreden;
- Volg de aanwijzingen van de wedstrijdorganisatie dan wel de aangegeven routing altijd op; voor alle zwemmers en zwemsters tot 18 jaar stelt de organisatie een tribune beschikbaar (tussen de douches en het wedstrijdbad), daarnaast losse stoelen voor personen vanaf 18 jaar op 1,5 meter uit elkaar (nabij de snackbar van het zwembad);
- Vanwege de beperkte capaciteit van het zwembad, kan het voorkomen dat de aangewezen plek geen zicht geeft op het wedstrijdbad;
- Wanneer een zwemmer of zwemster alle afstanden heeft gezwommen, wordt hij / zij verzocht het zwembad zo spoedig te verlaten; mocht u uw kind hebben aangetroffen in de hal van het zwembad wordt u vriendelijk verzocht het zwembad zo spoedig mogelijk te verlaten;

Omkleeden

- Voor het inzwemmen is er geen mogelijkheid om je om te kleden. Alle zwemmers wordt verzocht hun zwemkleding thuis onder hun gewone kleding aan te doen;
- Alle zwemmers kunnen zich omkleeden bij de tribune / zitplekken die zijn toegewezen door de organisatie;
- Voor die zwemmers die zich na het inzwemmen nog willen omkleeden (omdat zij een ander zwempak willen dragen tijdens de zwemwedstrijd) stelt de organisatie 2 omkleedhokjes beschikbaar;
- Zwemmers en zwemsters die volledig zijn uitgezwommen, kunnen zich omkleeden in de daartoe ter beschikking gestelde kleedhokjes (staat aangegeven welke kleedhokjes dit zijn, let goed op bij het verlaten van het kleedhokje dat je zwemmers kan tegenkomen die net hun race hebben gezwommen);
- Het is verboden te douchen voor, tijdens en na de zwemwedstrijd.



Inzwemmen

- Inzwemmen is mogelijk van 19.35 uur tot 19.45 uur, zodat de juryleden vanaf 19.45 uur veilig het wedstrijdbad kunnen betreden; Er is vanwege de beperkte capaciteit dus maar een zeer beperkte tijd om te kunnen inzwemmen;
- Zwemmers betreden het zwembad tijdens het inzwemmen aan de startzijde; zwemmers verlaten het zwembad via de startzijde aan de beide zijanten; De heenweg naar het inzwemmen is via de zijde van baan 1, de terugweg naar je zitplek (tribune of stoel) verloopt via de zijde van baan 6; Zwemmers en zwemsters vanaf 18 jaar hanteren tot het betreden van het zwembad de 1,5 meter afstand; De 1,5 meter geldt ook wanneer de zwemmers en zwemsters het wedstrijdbad na het inzwemmen verlaten;
- Om ongelukken aan de startzijde te voorkomen is het gebruik van de startblokken tijdens het inzwemmen niet toegestaan; oftewel zwemmers betreden het zwembad zonder te duiken;
- Zwemhulpmiddelen en kleding blijven achter bij de zitplaats dan wel toegewezen tribune;
- Tijdens het inzwemmen wordt er toezicht gehouden op bovenstaande spelregels.

Voorstart



- Conform de aangegeven routing begeven de zwemmers en zwemsters zich naar de voorstart;
- De voorstart bestaat uit een zestal omkleedhokjes, zwemmers en zwemsters die aan de beurt zijn zullen door een vrijwilliger worden opgeroepen om het wedstrijdbad te betreden; Personen vanaf 18 jaar houden 1,5 meter afstand wanneer zij nog moeten wachten bij de voorstart;
- Om drukte te voorkomen worden zwemmers verzocht zich zo laat mogelijk naar de voorstart te begeven; kom niet eerder dan 2 series voor je daadwerkelijke te zwemmen afstand naar de voorstart;

Wisselmoment

- Maximaal 2 series zijn aanwezig in het wedstrijdbad (vanwege de beperkte ruimte bij de startblokken); Na elke gezwommen afstand kondigt de speaker een wisselmoment aan; De zwemmers die gezwommen hebben verlaten allereerst het wedstrijdbad nabij startblok 6, daarna betreden de nieuwe zwemmers voor de volgende serie het wedstrijdbad;
- Behalve de benodigde juryleden en de zwemmers en zwemsters die daadwerkelijk moeten zwemmen is niemand aanwezig in het wedstrijdbad; zwemmers en zwemsters die niet hoeven te zwemmen, wachten netjes op hun beurt bij de tribune (tot 18 jaar) of de losse stoelen (vanaf 18 jaar)
- Tijdens het wisselmoment hanteren de aanwezige juryleden een afstand van 1,5 meter ten opzichte van de zwemmers;
- Bij de douches geldt mogelijk een tweerichtingsverkeer; zwemmers die net gezwommen hebben, hebben altijd voorrang.

Tijdens de zwemwedstrijd

- In totaal kunnen maximaal 2 coaches langs de badrand staan (achter de juryleden bij de keerpunt zijde) op 1,5 meter afstand van elkaar; aanmoedigen en schreeuwen tijdens de zwemwedstrijd is niet toegestaan;
- De overige aanwezige coaches zijn met name aanwezig bij de zitplek van de zwemmers; zij assisteren de zwemmers om op tijd aanwezig te zijn bij de voorstart en zien erop toe dat alle zwemmers de corona regels naleven;
- Toiletbezoek wordt zoveel mogelijk vermeden, indien noodzakelijk zijn er toiletten beschikbaar nabij de kleedhokjes bij de voorstart ruimte.

Juryleden



- Juryleden wordt verzocht alleen eigen materialen te gebruiken en deze niet uit te wisselen;
- Juryleden wordt verzocht zoveel als mogelijk zich thuis alvast om te kleden;
- Alle juryleden betreden om 19.45 uur gezamenlijk het zwembad op 1,5 meter van elkaar;
- De juryleden aan de startzijde hebben de beschikking over een tafel; de juryleden aan de keerpunt zijde hebben de beschikking over een stoel;
- Wisselmoment: tijdens een wisselmoment staan alle juryleden op 1,5 meter afstand van de zwemmers;

Toeschouwers

- Toeschouwers zijn (helaas) niet welkom tijdens de clubwedstrijd;
- In overleg met het zwembad is bepaald dat toeschouwers niet mogen kijken naar de zwemwedstrijd vanaf de hellingbaan bij de ingang van het zwembad (dit vanwege de doorgang voor inkomend en uitgaand personen verkeer voor het zwembad alsmede de sporthallen).