

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 (Bouke Oortwijn);
- Ten behoeve van een eventueel bron en contact onderzoek: alle verenigingen sturen **uiterlijk zaterdag 3 oktober 2020 20.00 uur** een lijst met alle personen die namens de vereniging in het zwembad aanwezig zullen zijn (zwemmers, coaches, juryleden, vrijwilligers). Deze lijst kan worden gemaïld naar **riavandergracht@oeza.nl**. Op deze lijst staat minimaal vermeld alle namen alsmede een contactpersoon namens de vereniging; Ten behoeve van een eventueel bron en contactonderzoek zal zwemvereniging OEZA contact opnemen met de contactpersoon namens de vereniging; Wijzigingen ten aanzien van deze lijst kunnen op de dag zelf worden doorgegeven aan de Corona verantwoordelijke vanuit OEZA (Bouke Oortwijn).
- 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, zal elke ploeg een tijdstip toegewezen krijgen om het zwembad te betreden

- Om drukte te voorkomen, zal de toegang tot het zwembad gefaseerd verlopen; Zwemvereniging OEZA 14.10 uur toegang, Ed-Vo 14.15 uur toegang, MSV-zeemacht 14.20 uur toegang; Tot het aanvangstijdstip wordt eenieder verzocht om nog niet het zwembad te betreden, dus ook niet wachten in de hal (met uitzondering van juryleden);
- Volg de aanwijzingen van de aangegeven routing op; alle teams hebben een aangewezen plek in het zwembad (op deze plek is een tribune beschikbaar voor alle personen tot 18 jaar, daarnaast losse stoelen voor personen vanaf 18 jaar op 1,5 meter uit elkaar);
- Vanwege de beperkte capaciteit van het zwembad, kan het voorkomen dat de aangewezen plek geen zicht geeft op het wedstrijdbad;
- Het gehele zwembad is afgehuurd, om voldoende zitruimte te creëren voor alle teams; Let wel, het is ten strengste verboden om te zwemmen in het instructiebad, dan wel het recreatiebad; Wanneer de organisatie constateert dat gezwommen wordt in het instructiebad dan wel het recreatiebad betekent dit per direct het zwembad verlaten;
- Wanneer een zwemmer of zwemster alle afstanden heeft gezwommen, wordt hij / zij verzocht het zwembad zo spoedig te verlaten; zwemmers kunnen niet opgewacht worden in de hal van het zwembad;

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 van het betreffende team 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 1 omkleedhokje 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 voor personen tot 18 jaar is mogelijk van 14.30 - 14.40 uur; inzwemmen voor personen vanaf 18 jaar is mogelijk van 14.45 - 14.55 uur; Het wedstrijdbad dient 14.55 uur leeg te zijn, zodat de juryleden vanaf 15.00 uur veilig het wedstrijdbad kunnen betreden.
- 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;
- 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 van het betreffende team;
- 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 1 serie is 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 via de aangegeven routing, daarna betreden de nieuwe zwemmers voor de volgende serie het wedstrijdbad;
- Tijdens het wisselmoment hanteren de aanwezige juryleden een afstand van 1,5 meter ten opzichte van de zwemmers;
- Estafettes: zwemmers die hebben gezwommen wachten niet op hun teamgenoten bij de startzijde, maar verlaten gelijk het wedstrijdbad via de aangewezen routing;
- Bij de douches geldt mogelijk een tweerichtingsverkeer; zwemmers die net gezwommen hebben, hebben altijd voorrang.

Tijdens de zwemwedstrijd

- In totaal kunnen per team maximaal 2 coaches langs de badrand staan (aan de zijde van baan 6) op 1,5 meter afstand van elkaar, uiteraard rekening houdend met de aanwezige kamprechters langs deze zijde; aanmoedigen en schreeuwen tijdens de zwemwedstrijd is niet toegestaan;
- De overige coaches (maximaal 2 per team) zijn met name aanwezig bij de zitplek van het betreffende team; zij assisteren de zwemmers om op tijd aanwezig te zijn bij de voorstart en zien erop toe dat alle zwemmers van hun team de corona regels naleven;
- De aanwezige coaches bij het team dragen er zorg voor dat de zwemmers rustig blijven zitten op de tribune dan wel op hun zitplek;
- Toiletbezoek wordt zoveel mogelijk vermeden, indien noodzakelijk zijn er toiletten beschikbaar nabij de kleedhokjes bij de voorstart ruimte.

Juryleden



- De juryvergadering staat gepland van 14.30 - 15.00 uur in het sportcafé van het zwembad;
- De juryleden kunnen in deze ruimte (sportcafé) op 1,5 meter afstand uit elkaar zitten;
- Juryleden wordt verzocht alleen eigen materialen te gebruiken en deze niet uit te wisselen;
- Eventuele spullen kunnen achter gesloten deuren in het sportcafé, dan wel de vergaderruimte bij de sporthallen, op eigen risico worden achtergelaten;
- Juryleden wordt verzocht zoveel als mogelijk zich thuis alvast om te kleden;
- Na afloop van de juryvergadering krijgen alle juryleden een tasje met eten en drinken; tijdens de zwemwedstrijd zelf zullen geen hapjes en drankjes worden rondgebracht;
- Alle juryleden betreden om 15.00 uur gezamenlijk het zwembad op 1,5 meter van elkaar;
- Alle juryleden aan de startzijde hebben een tafel, waarop zij het tijdbriefje na de gezwommen afstand leggen. Juryleden aan de keerpuntzijde hebben een stoel.
- Tijdens de zwemwedstrijd zal bij een eventueel jurywissel moment het wedstrijdbad zo goed als leeg zijn; aanwezige coaches en zwemmers verlaten op dat moment het wedstrijdbad;
- Wisselmoment: tijdens een wisselmoment staan alle juryleden op 1,5 meter afstand van de zwemmers;
- Wisselmoment estafette: tijdens het startmoment hanteren juryleden een afstand van 1,5 meter tot de zwemmers; elke zwemmer die gezwommen heeft verlaat gelijk het wedstrijdbad via de aangegeven routing; de wissels van de zwemmers worden beoordeeld door de kamprechter en de scheidsrechter; na het starten van de laatste zwemmer, mogen juryleden zich naar het startblok begeven om de aantik te beoordelen en de eindtijd te kloppen;

Toeschouwers

- Vanwege de beperkte capaciteit van het zwembad is er helaas geen ruimte om toeschouwers in het wedstrijdbad toe te laten;
- Ouders / verzorgers die meegekomen zijn naar het zwembad ter vervoer van de zwemmers kunnen in het sportcafé op de gebruikelijke 1,5 meter een consumptie nuttigen; Alternatief is een prachtige wandeling maken door de Heemskerkse duinen of bossen vlakbij het zwembad;
- 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).