

ZVDO'74 COVID-19 wedstrijdprotocol



Inleiding

Op donderdag 2 juli 2020 heeft de Zwembranche het PROTOCOL VERANTWOORD ZWEMMEN versie 2.1 gepubliceerd. In dit protocol staan de voorwaarden beschreven waaraan we (ZVDO'74 en AquaAltena) moeten voldoen om te kunnen trainen. Met het ZVDO'74 COVID-19 PROTOCOL wat nu voor jullie ligt, geven we de zwemmers, waterpoloërs, trainers, vrijwilligers en bestuurders van ZVDO'74 handvatten om met elkaar op verantwoorde wijze de trainingen en wedstrijden kunnen organiseren.

Een eerdere versie van het ZVDO'74 COVID-19 PROTOCOL is besproken met de locatiemanager van AquaAltena en is ter goedkeuring aangeboden bij de gemeente Altena. Deze versie is geactualiseerd aan de hand van de richtlijnen genoemd in bovenstaande versie. Dit protocol is beschikbaar via onze website, waarop de laatste versie te raadplegen zal zijn. Aan de leden van ZVDO'74 (en de bezoekende verenigingen) vragen wij kennis te nemen van dit protocol en hiernaar te handelen. Aan ouders/verzorgers van junioren/jongeren verzoeken wij om dit protocol met de kinderen door te nemen, opdat onze junioren ook weten onder welke voorwaarden weer gezwommen kan worden.

Dit protocol beperkt zich tot verantwoord wedstrijdzwemmen. Voor de algemene zaken omtrent COVID-19 (corona), zoals ziekte, niezen en de 1,5 meter regel verwijzen wij naar het PROTOCOL VERANTWOORD ZWEMMEN.

Het bestuur/wedstrijdsecretariaat hoopt dat we met deze maatregelen, op gepaste wijze, onze sport kunnen uitvoeren. We rekenen op ieders medewerking. Aan dit protocol liggen de volgende documenten en/of afspraken ten grondslag:

- Corona wedstrijdprotocol Zwemmen
https://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/coronaprotocol_wedstrijdsport/open_water_para_zwemmen/
- Protocol Verantwoord Zwemmen (versie 2.1, 2 juli 2020);
<https://water-vrij.nl/organisaties/>
- Protocol Corona Crisis AquaAltena (versie 8 mei 2020).
- ZVDO'74 COVID-19 PROTOCOL (versie 2.0, 4 juli 2020)
https://zvdo74.nl/wp-content/uploads/2020/07/Covid-19-protocol-ZVDO74_definitief_2.0.pdf



Inhoudsopgave

Inleiding.....	2
Algemene regels.....	4
Aankomst en vertrek.....	5
Inzwemmen.....	5
Startprocedure.....	6
Estafettes.....	6
Jury/officials.....	6
Coaches/begeleiders.....	7
Looproute AquaAltena Binnenbad en locatie teams.....	8



Algemene regels

Dit protocol bestaat uit een aantal algemene (voor iedereen geldende) regels en wedstrijdspecifieke regels. De wedstrijdspecifieke regels zijn van toepassing op de daadwerkelijke training (hoe te handelen in de zwemzaal).

Op basis van het algemeen protocol verantwoord zwemmen hanteren we de volgende richtlijnen:

- Blijf thuis als je één van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts heeft (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten totdat iedereen weer volledig hersteld is.
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden. Dit geldt niet voor kinderen tot 18 jaar onderling.
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes. Indien niet mogelijk reinig je handen en armen direct na hoesten of niezen met desinfecterende middelen.
- Ga voordat je van huis vertrekt thuis naar het toilet. Probeer het gebruik van de algemene sanitaire voorzieningen tot een minimum te beperken.
- Trek thuis je badkleding aan. Op een aangeduide locatie in de badinrichting hoef je als zwemmer alleen de 'overkleding' uit te trekken en in een meegenomen sporttas te stoppen.
- Voorafgaand aan het zwembadbezoek was je je handen met zeep of desinfectans gedurende minimaal 20 seconden.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de afgesproken starttijd naar de accommodatie.
- Schud geen handen.
- Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op: trainers, coördinator of zwembadpersoneel.
- Corona Coördinatoren zijn te herkennen aan gele of oranje hesjes.
- Indien de richtlijnen niet worden opgevolgd kan toegang tot de wedstrijd worden geweigerd of de zwemmers verzocht worden de wedstrijd te verlaten.
- Beperk de aanrakingen met deuren, bankjes, stoelen e.d. tot het noodzakelijke minimum.
- **Douches kunnen niet gebruikt worden.**
- **Zingen en schreeuwen is niet toegestaan.**
- Verenigingen worden geacht op de wedstrijddag bij al hun teamleden (incl. coaches en juryleden) te vragen of zij klachten hebben, dan wel een familielid hebben die klachten heeft.

De groep deelnemers wordt in subgroepen onderverdeeld:

- Kinderen t/m 12 jaar – hoeven geen afstand te houden tot elkaar en tot volwassenen
- Jongeren 13 t/m 17 jaar – geen afstand tot elkaar, wel tot volwassenen
- Volwassenen 18 jaar en ouder – 1,5 meter afstand houden



Wedstrijdspecifieke regels

Aankomst en vertrek

- Om drukte voor en rondom AquaAltena te voorkomen willen we dat de ploegen gefaseerd bij het zwembad aankomen.
 - Team 1 (**ZVDO'74**) mag het zwembad om 14:15 uur betreden en zal het bad opbouwen
 - Team 2 (**BBZ**) mag het zwembad om 14:20 uur betreden.
 - Team 3 (**PCG**) mag het zwembad om 14:25 betreden.
 - Team 4 (**ZPB**) mag het zwembad om 14:30 betreden.
- Elke teamlid wordt verzocht maximaal 10 minuten voor deze tijd bij het zwembad aanwezig te zijn. Verzamelen van teams gebeurt buiten voor AquaAltena.
- Er worden geen toeschouwers toegelaten in het zwembad.
- Indien een teamlid eerder dan de gestelde 10 minuten aanwezig is, wordt verzocht in de auto te wachten. Wacht niet in de hal van het zwembad/voor de deur van AquaAltena.
- Teams worden als geheel (zwemmers, coaches en officials) door de organisatie naar binnen gelaten.
- Volg vervolgens de aangegeven routing in het zwembad (zie plattegrond op pagina 7).
- Eenieder die niet aangemeld is als teamlid voor de wedstrijd wordt verzocht niet in de hal van het zwembad te wachten.
- Na het zwemmen kan je jezelf omkleden in de aangegeven kleedruimten.
- Verlaat direct na het zwemmen de accommodatie zo spoedig mogelijk via de routing naar de aangewezen uitgang.
- Na de wedstrijd wordt eenieder verzocht zo snel het bad te verlaten. Zwemmers kunnen niet opgewacht worden in de hal van het zwembad. Ouders kunnen hun zoon/dochter in de auto, dan wel buiten opwachten.

Inzwemmen

- Inzwemmen kan tussen 14:30 uur en 15:00 uur. Daarbij wordt het inzwemmen opgesplitst in 2 keer 15 minuten.
 - 14:30 – 14:45: Baan 1 – 2 – 3 voor **BBZ** en baan 4 – 5 – 6 voor **ZVDO'74**
 - 14:45 – 15:00: Baan 1 – 2 – 3 voor **PCG** en baan 4 – 5 – 6 voor **ZPB**
- Tijdens het inzwemmen gelden de basisregels voor sportbeoefening, d.w.z. geen restricties;
- Zwemmers mogen het bad alleen betreden via de kant van de startblokken (zonder te duiken).
- Zwemmers mogen het bad alleen verlaten via de zijkanten van het bad.
- Starts vanaf het startblok zijn niet toegestaan.
- Materialen, kleding en schoeisel blijven op zitplaats van het team.
- Tijdens het inzwemmen wordt toezicht gehouden op het naleven van de gestelde regels.

Omkleden

- Vóór het inzwemmen is er geen mogelijkheid om om te kleden. Zwemmers wordt geadviseerd hun (in)zwemkleding onder hun kleding aan te doen.
- Voor de wedstrijd is er een moment waarop de kleedruimtes open zijn zodat zwemmers zich kunnen omkleden naar hun wedstrijdkleding.
 - Zwemmers van 18 jaar en ouder gebruiken hiervoor de individuele kleedhokjes.
- Tijdens de wedstrijd kunnen zwemmers gebruik maken van de kleedruimtes, **maar probeer dit echt tot een minimum te beperken**. Let echter bij terugkomst in de zwemzaal wel op de juiste looproutes.
 - Zwemmers van 18 jaar en ouder gebruiken hiervoor de individuele kleedhokjes.
- Vanaf het einde van de wedstrijd zijn de kleedruimtes beschikbaar voor sporters.
 - Zwemmers van 18 jaar en ouder gebruiken hiervoor de individuele kleedhokjes.

Startprocedure

- Er is geen voorstartruimte. Startkaartjes zijn reeds aanwezig bij de officials.
- Deelnemer loopt direct van zitplaats team naar het startblok.
- Zwemmers komen zonder overkleding/schoeisel naar het startblok;
- Na afloop van de serie blijven de zwemmers in het water totdat de volgende serie is gestart.
- Na start volgende serie zwembad verlaten en teruglopen naar de eigen zitplaats van het team.
- Creëer rust op het “startperron”, zodat sporters (van 13 jaar en ouder) en juryleden/officials goed naast elkaar kunnen functioneren en 1,5m afstand kunnen bewaren;
- Scheidsrechters zullen rekening houden met het tempo van de wedstrijd, zodat zwemmers voldoende tijd hebben zich uit te kleden en voor te bereiden op de start;

Estafettes

- Zwemmers die hebben gezwommen kunnen niet op hun teamgenoten wachten en gaan direct terug naar hun zitplaats.
- Wees bij estafettes extra alert op naleving van de regel geen geforceerd stemgebruik te gebruiken. Aanmoedigen van je team is dus niet toegestaan.

Jury/officials

- Gezien de beperkte ruimte wordt bij mooi weer de jury vergadering buiten op het terrein voor het zwembad gehouden. Mocht het slecht weer zijn, dan worden er 2 korte vergaderingen gehouden door de hoofdscheidsrechter.
- De kamprechter neemt bij voorkeur een vaste positie in langs het zwembad en loopt niet tot zo min mogelijk mee.
- Alleen noodzakelijke/primaire instructies worden gegeven.
- Juryleden wordt verzocht zoveel als mogelijk thuis om te kleden.
- Juryleden wordt verzocht zoveel als mogelijk alleen eigen materialen te gebruiken en deze niet uit te wisselen.
- Aan de startzijde is op meer dan 1,5 meter van de startblokken een stoel geplaatst. Zolang er zwemmers lopen/klaarstaan achter de startblokken blijven juryleden bij deze stoel.



Coaches/begeleiders

- Er worden maximaal 3 coaches begeleiders per team toegelaten in het zwembad.
- Coaches hebben een belangrijke voorbeeldrol tijdens de wedstrijd. Zij worden verzocht deze rol op zich te nemen, onder andere door zich strikt te houden aan de regel dat geforceerd stemgebruik verboden is.
- Coaches worden verzocht erop toe te zien dat hun teams volledig op de hoogte zijn van het coronaprotocol en zich aan de opgestelde regels houden.
- Coaches wordt verzocht het aantal bewegingen te minimaliseren.

Uitslagen tijdens de wedstrijd

- Er worden **GEEN uitslagen** opgehangen in het bad voor de zwemmers. Dit om opstoppingen te voorkomen. Wel worden de uitslagen aangeboden aan de trainers.



Looproute AquaAltena Binnenbad en locatie teams

