



**Vermijd
contact**

BRADY



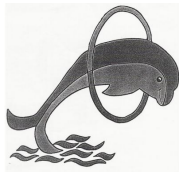
**Handen wassen
verplicht**

BRADY



**Houd een
veilige afstand van
minimaal 1,5 meter**

BRADY



WEDSTRIJDPROTOCOL

ZWEMVERENIGING ZDF

JJS circuit deel 1 20 september 2020

Veiligheid en hygiëne in en om het zwembad

- Blijf thuis als je één van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, benauwdheid of koorts en laat je testen!!
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts heeft (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten totdat iedereen weer volledig hersteld is;
- Hoest en nies in je elle boog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Was voorafgaand aan het zwembadbezoek je handen bij de ingang met desinfectiegel
- Was de handen met zeep of desinfectans 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;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen.
- Gebruik in het zwembad zo min mogelijk de toilet
- Aanmoedigen, als schreeuwen/fluiten is niet toegestaan
- Slippers zijn verplicht

Aankomst

- Om drukte te vermijden mogen ploegen gefaseerd bij LACO aankomen.
- Elk team krijgt voorafgaand aan de wedstrijd een tijd aangewezen waarop zij het bad kunnen betreden. Elke teamlid wordt verzocht maximaal 10 minuten voor deze tijd bij het zwembad aanwezig te zijn. Verzamelen van teams gebeurt buiten voor LACO.
- 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 LACO.
- Teams worden als geheel (zwemmers en coaches) door de organisatie naar binnen gelaten.
- Bij entree van het zwembad desinfecteert eenieder zijn/haar handen bij de door het zwembad verstrekte desinfectiemiddelen. Volg vervolgens de aangegeven routing in het zwembad.
- Officials mogen enkel wel naar binnen. Zij kunnen zich melden bij iemand van de organisatie in de kantine.

Voor zwemmers:

1. Iedereen van 18 jaar en ouder houdt 1,5 meter afstand tot personen van 18 jaar en ouder. Kinderen tot en met 12 jaar hoeven onderling en tot volwassenen geen afstand te houden. Ook leden van 1 huishouden hoeven dat niet. Ook jongeren tot 18 jaar hoeven onderling geen 1,5 meter afstand te houden. In het water geldt geen minimum afstand. De coaches zorgen voor verdeling van de zwemmers volgens aangegeven regels en houden dit tijdens de wedstrijd ook in de gaten. Coaches spreken hun eigen zwemmers aan.



Omkleeden:

1. Bij aankomst hebben de zwemmers hun badkleding onder hun kleding aan.
2. De deelnemers kunnen gebruik maken van de grote kleedhokken.
3. Hierna kunnen zwemmers, die moeten naar de toilet.
4. De zwemverenigingen gaan één voor één naar binnen. Eén vereniging voor alle kleedhokken. Vervolgens als iedereen klaar is met omkleeden, wordt er niks achtergelaten in de kleedhokken. Volg de aanwijzing van de organisatie. Vervolgens komt de volgende vereniging
5. Slippers zijn i.v.m. de hygiëne verplicht.
6. Ook in de kleedruimtes wordt gehouden aan de 1,5m regel, voor wie dit geldt. Hier wordt verzocht aan de vereniging om toezicht op te houden.

Aankomst bad:

1. In het bad gaat de vereniging zitten op de daar voor hen aangewezen plaats.
2. Het is de verantwoording van de vereniging, om te zorgen dat voor wie geldt de 1.5m in acht wordt genomen. De organisatie zal a.d.v. de inschrijvingen bekijken hoeveel plaats er nodig is voor de vereniging. Zeker als er ook 18+ zwemmers meedoen.
3. Tussen de verenigingen in is er plaats vrijgehouden. Hiertussen staat indien nodig desinfectiegel om de handen te reinigen. Ook staan er prullenbakken of is er een vuilniszak aanwezig, zodat er zo min mogelijk gelopen hoeft te worden.

Routing

1. In het bad geldt een éénrichtingsverkeer, coaches zorg dat de zwemmers zich hier aan houden .
2. Binnen het afgezette deel voor de vereniging geldt geen éénrichtingsverkeer, het is dus wel mogelijk voor de zwemmers om binnen de vereniging op en neer te lopen.
3. Het éénrichtingsverkeer is aangegeven
4. Voor toelichting, zie bijgevoegde plattegrond



Inzwemmen

1. Het inzwemmen wordt gedaan in 3 tijdsblokken van 10 minuten, zodat alleen één vereniging in het water ligt. Of indien noodzakelijk ivm de tijd krijgt een vereniging 1 baan toegewezen.
2. Tijdens het inzwemmen geldt op de kant ook al het éénrichtingsverkeer. Meldt dit aan de zwemmers.
3. Tijdens het inzwemmen is baan 1 een sprint baan. Overige banen mag er niet gedoken worden.
4. Zwemmers mogen het bad alleen betreden via de startblok zijde
5. Materialen etc. blijven liggen op de plaats van het team, enkel slippers mogen mee.
6. Tijdens het inzwemmen wordt er toezicht gehouden op de gestelde regels.

Voorstart

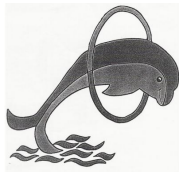
1. In de voorstart staan stoelen opgesteld voor 1 serie
2. Zwemmers komen zonder overkleding en slippers naar de voorstart.
3. Bij de voorstart staat niemand van de organisatie , coaches geef aan de zwemmers aan waar ze moeten zwemmen.
4. Bij de startblokken staat 1 serie klaar.
5. Zwemmers mogen niet eerder dan 2 series van te voren naar de voorstart gestuurd worden.
6. Indien de zwemmers, in de serie voor hen gestart zijn en de speaker noemt de volgende serie op, mag de tweede serie via de aangewezen looproute richting het startblok.
7. Bij het startblok dienen de zwemmers 1,5m afstand te houden van de official.

Startprocedure

1. De zwemmer houdt 1,5m afstand van de official.
2. Als de scheidsrechter de startprocedure begint, door de 3 piepjes, gaan de zwemmers op de kant staan en zet de official 2 stappen naar achteren.
3. De startprocedure gaat zoals tijdens de wedstrijd aangegeven.
4. Na de race komen de zwemmers, indien allen gefinisht zijn, uit het water via de trap bij baan
5. Zij lopen dan direct door via de lange zijde langs de badmeester post door naar hun vereniging.

Estafettes

6. Estafettes worden met een lege baan tussen de teams gezwommen. De banen 1,3,5 worden gebruikt. De zwemmers dienen achter deze baan te blijven de gehele estafette.
7. Tijdens de estafettes is er ook geen voorstart. Indien alle zwemmers klaar zijn met de estafette en het perron hebben verlaten, mogen de volgende teams, vanaf de verenigingen plaats het perron oplopen.
8. De overige banen 2 en 4 worden gebruikt voor de officials.
9. Zwemmers die hebben gezwommen kunnen niet op hun teamgenoten wachten en gaan direct terug naar hun zitplaats.
10. Tijdens de estafettes zijn de veiligheidsverantwoordelijke extra alert op het naleven van de regels. Aanmoedigen is tijdens de estafettes ook verboden.



Coaches

Algemeen

- 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 en in principe te allen tijde op de plaats te blijven staan binnen hun vereniging. Ook tijdens het inzwemmen
- Coaches wordt verzocht vooraf duidelijke afspraken te maken met hun sporters, oa. wanneer zij langs komen voor voor-/nabespreking, wanneer zij naar de voorstart gaan etc.
- er wordt zo min mogelijk pauze gehouden, er is alleen een jurywissel.

Toiletten

- De zwemmers wordt verzocht zo min mogelijk gebruik te maken van de toiletten.
- Voor dat de vereniging het bad betreed kan iedereen, die moet naar de toilet.
- Tijdens de wedstrijd wordt er in principe zo min mogelijk gebruik gemaakt van de toiletten. Moet er toch een zwemmer naar de toilet, meldt hij zich bij de coach. Na toiletbezoek reinig je je handen met gel.

Veiligheidsverantwoordelijke

- Voor, tijdens en na de wedstrijd lopen er twee veiligheidsverantwoordelijk rondom het bad. Zij zullen alles in de gaten houden en optreden indien één van de regels niet worden nageleefd.
- De veiligheidsverantwoordelijk zijn te herkennen aan hun oranje veiligheidsvestje.

Na de wedstrijd

- Als de laatste serie klaar is met zwemmen, wordt er omgeroepen wie er mogen gaan omkleden. Het verlaten van het bad gaat dus niet tegelijkertijd.
- Douchen is niet mogelijk!
- Coaches, let er op dat de zwemmers zo snel mogelijk omkleden. Zodat daarna de volgende vereniging kan gaan omkleden.
- Prijsuitreiking is gewoonlijk buiten. Indien te slecht weer zou dit plaatsvinden in het wedstrijdbad of hal na de laatste serie. Dit wordt door de organisatie tijdig bekend gemaakt.



Official informatie:

Algemeen

- Kop van de jury bestaat uit: 1 Scheidsrechter, 1 Starter, 1kamprechter, 1 jurysecretariaat
- Startblokjezijde volle bezetting
- Keerpuntzijde 2 officials
- Juryleden wordt verzocht, indien mogelijk zo veel mogelijk thuis om te kleden.
- Juryleden wordt verzocht, zo veel mogelijk eigen materiaal te gebruiken.

Juryvergadering

- Jury vergadering vindt plaats buiten of achterin in de horeca bij LACO
- Alleen noodzakelijke/ primaire instructies worden gegeven
- De juryvergadering duur MAX. 15 minuten.
- De juryvergadering start om 13:30 uur
- De juryleden betreden gezamenlijk het zwembad om 14:00 uur.

Tijdens de wedstrijd

- Juryleden krijgen een vaste plaats aangewezen.
- Bij de startblokken staat aangegeven waar er gestaan mag worden.
- Houdt 1,5m afstand van de zwemmer die klaar staat bij het startblok.
- Tijdens de race blijft u staan naast de stoel, of gaat u zitten op de stoel.
- Tijdens het begin van de startprocedure zet u 2 stappen naar achteren. Hier blijft u staan tot dat de zwemmer in het water ligt.
- Bij een diskwalificatie, Bij de startblokjezijde vermelden op startkaart. Bij de keerpuntzijde zal dit de kamprechter ophalen bij zijkant van het bad.
- Als de speaker de volgende serie oproept. Komen de zwemmers, via de aangewezen route, naar het startblok toe. Let hier goed op de 1,5m.

Estafettes

1. Estafettes worden met een lege baan tussen de teams gezwommen. De banen 1,3,5 worden gebruikt. De zwemmers dienen achter deze baan te blijven de gehele estafette.
2. Tijdens de estafettes is er ook geen voorstart. Indien alle zwemmers klaar zijn met de estafette en het perron hebben verlaten, mogen de volgende teams, vanaf de verenigingen plaats het perron oplopen.
3. De overige banen 2 en 4 worden gebruikt voor de officials.
4. Zwemmers die hebben gezwommen kunnen niet op hun teamgenoten wachten en gaan direct terug naar hun zitplaats.
5. Tijdens de estafettes zijn de veiligheidsverantwoordelijke extra alert op het naleven van de regels. Aanmoedigen is tijdens de estafettes ook verboden.



Startprocedure

1. De zwemmer staat op 1,5m afstand van de official.
2. Als de scheidsrechter de startprocedure begint, door de 3 piepjes, gaan de zwemmers op de kant staan en zet de official 2 stappen naar achteren.
3. Dan volgt de startprocedure. Van de voren krijgen alle zwemmers te horen hoe dit te werk gaat.
4. Na de race komen de zwemmers, indien allen gefinisht zijn, uit het water via de trap bij baan 5. Zij lopen dan direct door via de lange zijde langs de badmeester post door naar hun vereniging.

Na de wedstrijd

Na de laatste series worden juryleden verzocht om zo snel mogelijk het bad te verlaten. Pas daarna volgen de zwemmers en coaches. Juryleden van eigen vereniging die helpen met de afbouw van het bad, verlaten ook het wedstrijdbad. Zij wachten aan de zijkant van het instructiebad tot het wedstrijdbad leeg is.

Informatie voor toeschouwers:

- Toeschouwers worden niet tot het bad toegelaten. Indien het niet anders kan kunnen zij plaats nemen in de horeca of buiten, zij dienen zelf de 1 ½ meter in acht te nemen.
- Indien niet anders kan en ouder/verzorger in de horeca of buiten wachten, komt u alleen. Kom niet met het gehele gezin..
- Ten alle tijden geldt ook hier de 1,5m afstand, voor personen boven de 18 jaar. Tenzij u één huishouden bent. Met andere huishoudens houdt u 1,5m afstand.
- Toeschouwers kunnen ook plaats nemen in de horeca. Daar staat op de televisie de livestream aan. In de horeca geldt een maximum van 30 personen.
- Toeschouwers wachten buiten. Zij mogen pas doorlopen, indien alle verenigingen binnen zijn.
- Voor alle toeschouwers, voornamelijk die thuis wachten of ergens anders, gaan we proberen om een livestream in te stellen. Deze filmt het 5-baans bad. Niet een zwemmer specifiek.