

# INFORMATIEPROTOCOL:

## Sporters

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

### Ziekteverschijnselen

- Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 C°)
- Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft mag je weer komen dansen 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 thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact.

### Vervoer naar locatie

- Kom niet eerder dan 10 minuten (het liefst 5 minuten) voor aanvang van je les naar de locatie. De toezichthouder of je desbetreffende docent vangt je op.
- Kom zo veel mogelijk alleen naar de leslocatie en alleen wanneer er voor jou een les gepland staat.
- Word je gebracht met de auto dan moet de autobestuurder zich houden aan de rijrichting die wordt aangegeven, zie plattegrond.
- Als je met de fiets komt gelieve je fiets te plaatsen op de aangegeven fietsparkeerplaatsen, zie plattegrond.
- Verlaat de locatie/ parkeerplaats waar de lessen worden verzorgd direct na het einde van de les. Niet blijven hangen!

### Sportkleding, omkleden en overige maatregelen

- Kom in sportkleding naar de les. Er wordt op dit moment gesport op de parkeerplaats op kunstgras dus schoenen aan is verplicht. Kleedkamers zijn gesloten.
- Zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest.
- Neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken.

- Wij adviseren om een mobiel, als je deze hebt, mee te nemen. Mocht het bijvoorbeeld gaan regenen en je opgehaald moet worden kan je direct je laten ophalen.
- Neem een tas mee waar je een bidon, extra jas/vest en eventueel je mobiel in kan doen.

### **Buitenlessen en lesrooster**

- Volg altijd de aanwijzingen op van de docenten, toezichthouders en handhaving.
- Jongeren van 13 t/m 18 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot de docenten en andere sporters.
- Bij dansers t/m 12 jaar is deze afstandsbeperking onderling niet aan de orde. Behalve als je in een groep zit waarbij er ook sporters zijn die 13 jaar en ouder zijn, dan geldt de 1,5 meter regel.
- Ben je 19 jaar of ouder dan mag je vanaf 11 mei 2020 ook naar de buitenlessen komen.

Heeft u nog vragen mail ons: [info@paaldanstudio.nl](mailto:info@paaldanstudio.nl)

**Blijf gezond, Blijf in beweging!**