

Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen;
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen;
- Was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie;
- Schud geen handen;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Tot de leeftijd van 13 jaar hoeven kinderen onderling geen afstand te houden;
- Boven de 13 jaar moet je 1,50 m afstand houden van mensen die 18 jaar en ouder zijn;
- Voor 18 jaar en ouder: houd buiten en in de Elfstedenhal altijd 1,50 m afstand;
- Vermijd drukke plekken;
- Wachten in de entreehal van de Elfstedenhal is niet toegestaan.

Schaatstraining

- Door het inchecken bij de toegangspoortjes bevestig jij dat jij geen coronaklachten hebt, zoals niet neusverkouden, geen hoesten, geen koorts of benauwdheidsklachten. Tevens dient dit als basis voor de registratie van de aanwezigheidsgegevens;
- Thuis omkleden, de kleedkamers en douches zijn gesloten;
- Volg de looproutes in de Elfstedenhal; er zijn twee loopbruggen naar het middenterrein;
- Schaatsen onderbinden en opstappen is vanaf het middenterrein. Maak gebruik van de gemarkeerde plaatsen;
- Inlopen mag langs de baan, volg hierbij de aangegeven looproutes en houdt 1,5 meter afstand;
- Indien dat noodzakelijk is mag ook een trainer tijdens de sportcontact hebben met de sporter;
- Als er niet wordt gesport geldt voor iedereen ouder dan 18 jaar nog steeds de 1,5 meterregel;
- Dus ook tijdens het aantrekken van schaatsen of een pauze tijdens de training!
- Voorkom onnodige verspreidingsrisico's door iedere vorm van contact tijdens trainingen of wedstrijden te vermijden;
- Vermijd ook schreeuwen en geforceerd stemgebruik;
- Gebruik zoveel mogelijk je eigen materiaal, bidon e.d.;
- De mogelijkheden voor toiletgebruik zijn beperkt, houd hier rekening mee;
- Volg altijd de aanwijzingen van het personeel en trainers op.

Voor ouders/begeleiders

- Informeer je kinderen over de algemene richtlijnen en de regels en richtlijnen van de club;
- Ouders/begeleiders zijn bij de trainingen en wedstrijden in de Elfstedenhal niet toegestaan.
- Er zal veterstrikteam zijn om de kinderen te helpen met onderbinden. Zij blijven in de Elfstedenhal op het middenterrein verblijven op de aangewezen sta- en zitplaatsen en kunnen de kinderen ook helpen tijdens een training.
- Vermijd schreeuwen en geforceerd stemgebruik op de sportlocatie;
- Na afloop van trainingen en wedstrijden moeten schaatsers zo snel mogelijk de Elfstedenhal verlaten.