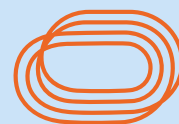


# ALGEMENE PRINCIPES

Volgende richtlijnen zijn essentieel om **een veilige atletiektraining mogelijk te maken:**

- Wie **verkouden** is, hoest, keelpijn of andere ziekteverschijnselen heeft, moet thuisblijven of wordt naar huis gestuurd.
- Wij raden expliciet af dat **risicogroepen** op de training aanwezig zijn als atleet, trainer of bestuurder. Dit zijn personen ouder dan 65 jaar, diabetici, personen met hart-, long- of nieraandoeningen en personen met een verzwakt immuunsysteem.
- **Enkel atleten** en trainers krijgen toegang tot de accommodatie voor de duur van de training, er worden geen toeschouwers toegelaten. Iedereen blijft de kortst mogelijke tijd op de club.
- Indien atleten met de auto gebracht worden gebeurt dit volgens het **“Kiss & Ride”** principe, waarbij een duidelijk uur wordt afgesproken om geen samenscholing aan de uitgang te veroorzaken.
- **Geen kleedkamers of douches** openen, ook de cafetaria blijft dicht. Voorzie de toiletten, indien deze toegankelijk zijn, van ontsmettingsproduct en wegwerpdoekjes/zeep voor de lavabo.
- Er wordt getraind in **groepen van maximaal 20 personen** (incl. trainer), welke geen contact maken met elkaar. Ook binnen elke groep zijn de principes van social distancing en hygiëne van toepassing.
- Voor elke groep is een volledige **hygiëne-set ter beschikking** zodat atleten en trainers doorlopend zowel zichzelf als hun materiaal kunnen desinfecteren.
- **Materiaal** mag **niet gedeeld** worden, iedereen krijgt een eigen werptuig/polsstok/... Zelfs het halen, plaatsen en terugbrengen van horden, kegels, latjes gebeurt steeds door één en dezelfde persoon.
- Atleten **laten zijwaarts minstens 1 baan vrij** en lopen zo weinig mogelijk achter elkaar (tenzij 5m tussenafstand).
- Een **verbod op aflossingen en partneroefeningen**. En een verbod op spelvormen waarbij social distancing niet kan worden toegepast. Dus spelvormen zonder fysiek contact zijn mogelijk.
- Wij verplichten het gebruik van een **mondmasker** voor trainers en bestuurders.
- **De club** heeft tijdens elk trainingsmoment een **toezichter** ter plaatse die zorgt dat iedereen de hygiëne- en veiligheidsregels naleeft. Deze persoon zet de hygiëne-sets klaar voor elke groep en ziet erop toe dat deze regelmatig en correct gebruikt worden, en ontsmet na de training al het materiaal. Deze persoon mag niet tegelijkertijd trainer of atleet zijn en behoort niet tot een risicogroep.
- Alle activiteiten moeten in **open lucht** plaatsvinden.

**Gebruik jullie burgerzin, hou het gezond en veilig en pas deze richtlijnen maximaal toe. Zo zorgen we met zijn allen dat we binnenkort allemaal opnieuw kunnen genieten van onze geliefkoosde sport!**



VLAAMSE  
ATLETIEKLIGA