

## Wanneer ben je aanwezig bij Isala?

- Kom alleen naar Isala als je gaat roeien.
- Je schrijft een boot altijd af voor een tijdblok van twee uur. Elk heel uur start er een nieuw tijdblok.
- Betreed de botenloods en het vlot alleen als er minder dan 10 mensen aanwezig zijn.
- Te druk? Even wachten tot er ruimte is.
- Houd buiten de boot steeds 1,5 meter afstand tot elkaar.
- Kom zoveel mogelijk in roeikleding.
- Zet je tas en eventuele andere spullen zo neer dat ze niemand in de weg staan.
- Napraten en iets drinken in de kantine is prima, mits met 1,5 meter afstand.
- Verlaat Isala vanuit de kantine op een moment dat de botenloods leeg is.

## Wat is er open?

- Botenloods en vlot
- Kantine en kleedkamers
- Toiletten
- In alle ruimtes geldt: 1,5 meter afstand houden!

## Wat is er nog gesloten?

- Ergometers
- Hierover wordt later een beslissing genomen.

## Welke boten zijn beschikbaar?

- Er mag worden geroeid in alle boten.
- Tijdens het roeien hoeft geen 1,5 meter afstand te worden gehouden.
- Wel moet je uiteraard de juiste bevoegdheid voor de boot hebben.
- Ook alle andere afspraken binnen Isala over wel of niet roeien zijn gewoon van kracht.

## Wanneer kom je NIET naar Isala?

- Bij klachten: neusverkoudheid, hoesten, keelpijn, koorts.
- Als een van je huisgenoten koorts of mogelijk corona-klachten heeft (tot je huisgenoot minimaal 24 uur klachtenvrij is).
- Als je iedere kans op besmetting bij Isala wilt vermijden. Bijv. omdat je tot een risicogroep behoort (70+, risico aandoening, etc.).
- Je komt volledig voor eigen risico naar Isala!
- Kom niet alleen voor de gezelligheid naar Isala. Spreek daarvoor ergens anders af.

## Hoeveel mensen gelijktijdig aanwezig?

- In de botenloods en op het vlot: maximaal 10 mensen.
- Je kunt uit de al gemaakte afschrijvingen afleiden hoeveel mensen er al aanwezig zijn in het door jou gewenste tijdblok van 2 uur.
- Bepaal dan of jouw afschrijving daar nog bij kan (max. 10 mensen), of dat je een ander tijdblok moet kiezen.
- In de kleedkamers en kantine geldt de 1,5 meter afstandsregel. Dat bepaalt ook direct het aantal mensen dat daar gelijktijdig aanwezig kan zijn.
- Beperk je verblijf in de kantine. Zeker als het druk is.
- Het beperken van het aantal aanwezige mensen en het houden van 1,5 meter afstand is de verantwoordelijkheid van alle aanwezigen.
- Houd elkaar hieraan en spreek elkaar er wanneer nodig op aan.

## Werkwijze in de botenloods en op het vlot

- Meer dan 10 mensen aanwezig? Wacht dan tot er boten zijn afgevaren voor je de loods of het vlot betreedt. Denk aan de 1,5 meterregel.
- Om opstoppingen te voorkomen is het belangrijk om je boot zo snel mogelijk vaarklaar te maken.
- Houd ook bij tillen en draaien van boten 1,5 meter afstand. Dat kan bij meerpersoonsboten door niet tegenover elkaar te staan, maar je kruiselings te verdelen over de lengte van de boot.
- Dit vergt wel extra coördinatie van de stuur en oplettendheid van alle roeiers.
- Afvaren doe je zo snel mogelijk.
- Stellen doe je op het water, zeker als het druk is op het vlot, of als er andere ploegen wachten tot er ruimte is.
- Bij aankomst wacht je tot er ruimte is op het vlot en er niet te veel mensen op het vlot zijn.
- Vlot bij aankomst bezet of te druk? Maak een extra havenrondje. Geef elkaar ruimte!
- **Boot laten overnemen?**  
Alleen meerpersoonsboten mogen door een direct opvolgende ploeg worden overgenomen.
- Maak de boot schoon en wacht in de kantine tot de opvolgende ploeg aanwezig is om de boot in gebruik te nemen.
- Komt deze niet opdagen? Dan berg je alsnog zelf de boot en riemen op in de botenloods.
- Laat geen boten ongebruikt aan het vlot liggen. Die liggen in de weg.
- Skiffs worden na het roeien altijd direct in de botenloods teruggelegd.

## Welke hygiënemaatregelen?

- Was je handen bij binnenkomst goed met zeep of ontsmet ze met handgel.
- Zet **voor** je afvaart 1 of 2 emmers sop klaar met sponzen en zemen.
- Maak boot en riemen **na afloop** goed schoon met sop. Denk aan handles, dollen, boordranden, voetenbord, etc.
- Verdeel bij meerpersoonsboten de bemanning over schoonmaken van boot en riemen.
- Wordt een meerpersoonsboot overgenomen door een direct opvolgende ploeg? Dan maakt de **aankomende** ploeg de boot en riemen schoon en verlaat het vlot. Pas **daarna** neemt de volgende ploeg de boot in gebruik.
- Gooi gebruikt sop altijd weg en spoel sponzen en zemen goed uit.
- Na gebruik van het toilet de bril, doorspoelknop en deurklink reinigen.
- Bar en kranen na gebruik reinigen.
- Reinigingsdoekjes of -spray zijn beschikbaar

## En verder?

- Alle coronarichtlijnen van de overheid zijn ook bij Isala volledig van toepassing.
- Alle leden zijn hiervoor verantwoordelijk. Houd daarom rekening met elkaar en spreek elkaar aan als er iets niet goed gaat.
- Aanbevelingen van de KNRB:
  - Draag als stuur een mondkapje als je dat veiliger vindt. Is eigen keuze;
  - Beperk intensieve trainingen.
- Dit protocol wordt regelmatig geëvalueerd en waar nodig bijgesteld.
- Daarover word je d.m.v. een bericht op de website, of via een nieuwsflits geïnformeerd.
- Vragen of suggesties m.b.t. dit protocol kan je richten aan de voorzitter ([voorzitter@zrzv-isala.nl](mailto:voorzitter@zrzv-isala.nl)).