



Protocol Roeien bij Viking in stadium 1 (t/m 18 jr)

Versie 7 d.d. 4-5-2020

Auteur: Bestuur URV Viking: Nadine van Wijk, Commissaris Roeien

Uitgangspunt:

De regering heeft in de persconferentie van 7 april jl. de verschillende sectoren de opdracht gegeven om te werken aan een protocol voor het functioneren in de "1,5 meter maatschappij". Op 21 april jl. zijn de maatregelen beperkt versoepeld, voor bepaalde leeftijdscategorieën, per 29 april 2020. Dit duidt de Koninklijke Nederlandse Roeibond (KNRB) aan als Stadium 1. In dit protocol is uitgewerkt hoe bij URV Viking een opstart van het roeien in dit stadium eruit kan zien. Doel is invulling te geven aan de 1,5m aanwijzing en doelmatige hygiëne maatregelen te treffen. Allereerst dus alleen voor jeugd- en juniorenroeiers. In een eventueel volgend stadium kan een supplement worden toegevoegd voor een volgend stadium met roeiers van 19 jaar en ouder in eenpersoonsboten. Indien nodig volgt later een aanvulling voor overige boottypes en doelgroepen.

Samenvattend:

Bij roeien conform dit protocol wordt voldaan aan de voorwaarden die vanuit de rijksoverheid gesteld zijn. Het is opgesteld conform het sportspecifieke protocol van de KNRB. Dit past binnen het sectorspecifieke protocol van NOC*NSF.

Het betreft een groep van **66 leden** die in aanmerking komt om te sporten in dit stadium. Dit is **2,65% van de normale roeipopulatie** in Utrecht (2500 roeiers). Sporten vindt plaats op het Merwedekanaal, in de buitenlucht.

Overdracht van het virus is beperkt door beperking van het oppervlaktecontact en het ontsmetten van contactpunten die door gebruikers worden aangeraakt. Doordat de 1,5 meter regel wordt aangehouden is ook overdracht op die manier beperkt. Het onderzoek naar overdracht door de lucht in sportsituaties is nog niet afgerond. Tijdens het roeien in skiffs (eenpersoonsboten) is de afstand tussen 2 roeiers altijd veel groter dan 1,5 meter. We gaan er daarom vanuit dat hier geen andere veilige marge uit voortvloeit. Gezien de ruimte op het kanaal voor de beperkte populatie is er ook geen noodzaak om op minimale afstand te varen. Voor Junioren tot en met 12 jaar geldt de 1,5m richtlijn niet, zij kunnen in een meerpersoonsboten varen.

Er is altijd toezicht door een coach om de naleving van de regels te waarborgen in de rol van Corona verantwoordelijke. Er is altijd maar een beperkt aantal personen gelijktijdig aanwezig (maximaal 16), en het vlot is ruim genoeg. Er zijn maximaal 12 boten tegelijk op het water/vlot. De sportaccommodatie is alleen toegankelijk voor zover vereist is vanuit veiligheidsoptiek en de richtlijnen dit voorschrijven, de kleedkamers, douche en kantine van Viking zijn voor algemeen gebruik gesloten.

Op deze manier kan er bij Viking veilig gestart worden met roeien. Ook al is het roeien voor een beperkte doelgroep toegankelijk, toch is het voor Viking als vereniging belangrijk om weer op te starten. De wedstrijd junioren met ambities kunnen zo bij blijven met de rest van Nederland. Indien de richtlijnen het toelaten kunnen daarna wellicht ook veteranen weer roeien in eenpersoonsboten. De vereniging is er ook in economisch opzicht bij gebaat dat de activiteiten zo snel mogelijk weer in



fasen hervat kan worden, voor het behoud van leden en het voortbestaan van de roeisport in Utrecht.

Protocol

Het protocol is gebaseerd op het advies van de rijksoverheid, het sportspecifieke protocol van de KNRB, het protocol van de NOC/NSF en het protocol van SportUtrecht. Dit betekent dat er per 29 april vanwege de 1,5 meter regel alleen in skiffs of C1en geroeid kan worden, door leden t/m 18 jaar, en ook in meermansboten door leden t/m 12 jaar (stadium 1) Roeien in andere boten blijft verboden. Er wordt alleen geroeid onder begeleiding van een coach. Deze houdt de 1,5 meter-regel strikt in acht. Loods 4 zal open zijn om de boten eruit te halen en terug te leggen. Loods 2 en 3 zijn open om je tas neer te leggen (1,5 meter van elkaar). De overige paden blijven dicht. De loods is te bereiken zonder daarvoor de sportaccommodatie te betreden. De sportaccommodatie blijft gesloten, behalve voorzover vereist vanuit veiligheid (noodgevallen). Met witte strepen zijn op de grond de looppaden gemarkeerd. Er is een voorziening om handen en sportmateriaal (contactpunten) te reinigen. Er wordt alleen geroeid, dus geen sociale activiteiten, samenscholing etc.

Dit protocol betekent een eerste voorzichtige stap om weer te gaan roeien. Veiligheid bij Viking en in de rest van de samenleving staat hierbij voorop! Het is belangrijk dat iedereen zich aan deze regels houdt. De regels gelden voor alle leden van Viking, en voor degenen die op een andere manier betrokken zijn bij het roeien of coachen. Vanwege onze specifieke doelgroepen zijn deze regels niet van toepassing op Orca en Triton. Uitgangspunt is dat elke vereniging zijn eigen regels opstelt en handhaaft, en ook alleen zijn eigen deel van het vlot gebruikt.

Algemene regels

Naast de hierna te vermelden specifieke regels gelden de algemene voorschriften die op dit moment in het dagelijks leven al gelden, zowel voor roeiers als coaches:

- Blijf thuis bij verkoudheid, hoesten, keelpijn of koorts.
- Blijf ook thuis als een van je huisgenoten koorts heeft (totdat de huisgenoot 24 uur klachtenvrij is).
- Was vaak je handen met virusdodende handzeep of -gel
- Niet meer dan 2 personen samen
- Hou altijd 1,5 meter afstand, ook als je samen de loods in loopt om een boot te pakken (behalve in gezins situatie)

Opstart roeien voor de jeugd tot en met 18 jaar

De vloot en de populatie

De groep jeugdroeiers bestaat uit **66 leden**: 16 Jongste Jeugd (waarvan 7 leden t/m 12 jaar), 30 wedstrijdjunoren en 20 ROW-junoren (deels wedstrijdskiffs en deels burgervloot).

Viking bezit 39 eenpersoonsboten. Dat zijn 6 C1en, 15 Scullen 3 skiffs, 8 Scullen 4 skiffs en 10 wedstrijdskiffs.



In loods 4 is een aantal dubbeltwee's aanwezig, waar evt. door leden t/m 12 in geroeid kan worden. Op aanvraag kan voor deze doelgroep een 4x+ beschikbaar gesteld worden, als deze door een van de roeiers gestuurd kan worden.

Vanaf 29 april (stadium 1) gaat het om maximaal 66 leden t/m 18 jaar.

Verder volgen uit de regels nog een aantal beperkingen van de populatie: - Alleen roeien als je zelfstandig kunt in- en uitstappen - Veiligheid staat voorop. Ga niet roeien als je lang niet in het betreffende boottype hebt geroeid, of als je pas kortgeleden je examen voor de betreffende boot hebt gehaald. - denk aan de veiligheid van je huisgenoten, als zij in de kwetsbare categorie vallen overweeg dan om niet te komen.

Schema

De Wedstrijdcommissaris, de Jeugdcommissaris en de Commissaris Roeien zullen in overleg met de hoofdcoaches een rooster opstellen voor de diverse trainingsgroepen en aanwezigheid van een beperkt aantal coaches. De roeiers van een trainingsgroep gaan gefaseerd het water op. Er kunnen maximaal 4 skiffs aan het vlot liggen en er zijn maximaal 12 roeiers gelijktijdig op het water en vlot.. Uitgangspunt is dat boten zoveel mogelijk door slechts één persoon gebruikt worden en daar waar het niet anders kan worden ze tussendoor schoongemaakt (nav protocol Sport Utrecht). Roeiers mogen maximaal 10 minuten vóór de roeitijd op de vereniging aankomen.

Handhaving

Er kan alleen geroeid worden als er coach aanwezig is. Het aantal coaches wordt tot een minimum beperkt, de coach behoort niet tot een kwetsbare groep en neemt zelf ook alle regels in acht.

Er wordt een corona-contactpersoon benoemd, die in het bestuur het eerste aanspreekpunt is. In stadium 1 ligt deze rol bij de Jeugdcommissaris. Tijdens de opstart is het bestuur aanwezig om te checken of het protocol goed werkt, zowel bij start van trainingblokken als bij de afsluiting. Er zal frequent worden geëvalueerd, het bestuur zal hiervoor een planning opstellen. Op de eerste dagen zal dit meerdere keren per dag zijn.

Spreiding

Viking gebruikt alleen haar deel van het vlot, ter hoogte van haar eigen loods. Dit vlot is 28,5 meter lang, en 16 meter diep. Uitgaande van een vlot van ca 450 m², en maximaal 16 personen tegelijk aanwezig (bij onverhoopte overlap), betekent dat ten minste 28 m² per persoon. Dat is ruim binnen de op dit moment voor winkels geldende norm van 10 m². Viking gebruikt alleen dat deel van het vlot ter hoogte van de eigen loods, dit wordt ter plaatse aangegeven.

Loods 4 heeft een begaanbaar oppervlakte van 165 m² (16 m breed en 30 m lang). Vanwege de beperkte manoeuvreerruimte zal de loods door maximaal 4 personen tegelijk betreden worden. Er is een looproute uitgezet om zoveel mogelijk te voorkomen dat roeiers elkaar tegenkomen..



De Driewerf is zeer beperkt toegankelijk (zie onder Veiligheid). Alleen de Driewerfstraat is open. De toiletten van Orca/triton zijn toegankelijk. Daar is zeep aanwezig om handen te wassen. De toiletten worden dagelijks schoongemaakt.

Er zullen looproutes worden aangegeven en markering worden aangebracht.

Begeleiding (instructie of coaching)

Uitgangspunt is dat alleen de roeiers op het vlot aanwezig zijn. Voor de jeugd geldt dat er een coach aanwezig moet zijn in de rol van corona verantwoordelijke. Met de coaches wordt vooraf het protocol doorgenomen en zij worden geïnstrueerd om roeiers bij overtreding van de regels aan te spreken op ongewenst gedrag; De coaches houden zich strikt aan de regels en zien toe op naleving door- en instructie aan hun roeiers. Het bestuur is regelmatig aanwezig ten behoeve van de evaluatie van de regels. Een ieder die zich niet aan de regels houdt kan de toegang tot het terrein worden ontzegd door de coach of het bestuur.

Hygiëne

De voorschriften voor hygiëne van het RIVM worden te allen tijde in acht genomen. Voor het materiaal gelden specifieke schoonmaakregels (zie hierna). Schoonmakers zullen dagelijks toiletten en deurkrukken etc schoonmaken. Ook zullen er speciale doekjes komen, zodat leden en coaches dit ook zelf kunnen doen.

Afstand

Overall dient de regels van 1,5 meter afstand in acht genomen te worden (behalve in gezins situaties. Er zijn ook coachende ouders)..

Vanwege de lengte van een eenpersoonsboot (ca. 8 meter), staan roeier en tiller altijd ca 4 meter uit elkaar bij het uit de loods halen en in het water leggen van de boot.

Tijdens het roeien zelf is de afstand tussen 2 roeiers ook altijd veel groter dan 1,5 meter.

In stilstand naast elkaar gaan we uit van minstens 2x de lengte van de buitenhandle is (2x 1,80m = 3,60), en roeiend ten minste 1 meter meer dus 4,60 meter. Achter elkaar tenminste 1 bootlengte (ca. 8 meter) in stilstand, roeiend doorgaans ten minste een bootlengte meer.

Veiligheid

Veiligheid staat zoals gezegd voorop. De roeier gaat alleen roeien als hij fit is, en comfortabel roeit in het betreffende.

Er is een EHBO kist in de loods aanwezig, bij de veiligheidstasjes en reddingsvesten. In geval van nood (omslaan) is een douche beschikbaar. De AED boven in de Driewerfstraat is bereikbaar.



Deze regels zullen samen met de algemene regels op diverse plaatsen in de loods worden opgehangen. De regels worden tijdens de evaluatie(s) getoetst op haalbaarheid en effectiviteit (1,5m en hygiëne) en indien noodzakelijk aangepast.

1. Kom in je roeikleding naar de loods, vermijd het openbaar vervoer. Neem geen waardevolle spullen mee. Zorg voor een waterdichte oplossing om je telefoon in de boot mee te nemen, de coaches kunnen deze niet bij zich houden.
2. Kom op tijd, maar niet te vroeg (10 minuten voor aanvang)
3. Ontsmet daarna je handen Zorg dat je daarna niet meer je telefoon of je gezicht/neus/mond of andere onbedekte lichaamsdelen aanraakt
4. Leg alleen je eigen riemen op het vlot
5. Til samen met je blokgenoot de beide skiffs uit de loods. De roeier pakt zelf zijn boot bij de riggers, de ander tilt alleen de boegbal. Een boot is ongeveer 8 meter lang, bij het tillen staan roeier en tiller zo altijd ca. 4,5 meter uit elkaar. Hou in de loods ook altijd 1,5 meter afstand, de tiller loopt eerst naar binnen
6. Leg zelf je riemen in de boot. De tiller houdt de boot dan nog even vast bij de boegbal zodat de boot niet afdrijft
7. Stap zelfstandig in
8. Doe rustig aan, hou rekening met je eigen conditie, met elkaar en voorkom blessures of schades
9. Zorg dat je op tijd weer terug bent, tegelijk met je blokgenoot/tiller
10. Haal met dezelfde blokgenoot de boot weer uit het water en leg deze in singels. Als dit echt niet met dezelfde blokgenoot kan, dan ontsmet een andere tiller eerst de boegbal.
11. Maak je eigen boot schoon zoals gebruikelijk, en volgens de specifieke schoonmaakregels (hierna). Bij het keren pakt ook weer dezelfde tiller de boot bij de boegbal
12. De boot en de riemen gaan altijd terug in de loods
13. Als een volgende roeier voor de boot toch al klaar staat, checken beide of alle schoonmaakregels gevolgd zijn
14. De boot wordt alleen overgenomen als de volgende roeier al omgekleed is en zijn handen gereinigd heeft

Overige voorwaarden:

1. Blijf niet hangen, geen nabesprekingen, niet eten of drinken, kleed je zo snel mogelijk weer aan en vertrek
2. Neem ook bij de reis naar de loods en naar huis de 1,5 meter regel in acht, vermijd OV!
3. Spreek elkaar aan op ongewenst gedrag
4. Zorg met elkaar dat dit protocol werkt en dat we kunnen blijven roeien
5. Roeien en coachen is op vrijwillige basis. Je hoeft niet te komen, maar als je komt verwachten we dat je je aan de regels houdt
6. Als je je niet aan de regels houdt kan er door politie een boete gegeven worden (er wordt gecontroleerd!) Het is je eigen verantwoordelijkheid om je aan de regels te houden, zoals ze in dit protocol staan.
7. Het bestuur is niet verantwoordelijk, noch aansprakelijk op het moment dat je je niet aan de regels houdt.
8. Dit protocol is afgestemd met en goedgekeurd door het bevoegd gezag.
9. De begeleiders en het bestuur kunnen leden die zich niet aan de voorwaarden en regels houden de toegang tot de loods ontfangen



10. Het bestuur, en in een noodgeval een begeleider na ruggespraak met de Corona-contactpersoon, een bestuurslid of de beheerder van De Driewerf, kunnen het protocol te allen tijde per direct intrekken

Schoonmaak

Voor de schoonmaak van de boten en de riemen zullen 4 plekken worden aangegeven op het vlot, elk bij een van de waterslangen, met voldoende afstand. Daar staan per plek 2 singels voor de boot, en 1 schraag voor de riemen.

De volgende schoonmaakmiddelen zijn aanwezig:

Emmers met water en zeep en wegwerpdoekjes

- De contactpunten op de boot en de riemen maak je altijd schoon met water en zeep. Gebruik hiervoor de wegwerpdoekje en gooi de doekjes na gebruik weg in de afval bak.
- De emmers met zeep worden regelmatig vervangen.

Alle contactpunten moeten elke keer na gebruik worden schoongemaakt, daarbij kun je denken aan:

- Riemen: vanaf de handels tot en met het manchete
- Dollen incl. klikringen
- Boordrand
- Bankje
- Slidings incl uiteinden
- Verstelmechanisme voetenbord
- Trekkoord schoenen en klittenbandstrips
- Riggers
- Boegbal

Plan van aanpak

Voor het opstarten kunnen de volgende stappen worden doorlopen:

1. Afwachten bericht over te volgen procedure bij Gemeente Utrecht
2. Goedkeuring van dit protocol door bestuur van URV Viking
3. Indienen protocol bij de Gemeente Utrecht, evt. overige vereisten
4. Inkoop van voldoende schoonmaak- en ontsmettingsmiddelen, tape voor op de vloer, afzetlint, bevestigingsmateriaal daarvoor op het
5. Aanpassen van E-captain ivm beperkte beschikbaarheid boten (aantal reserveringen)*
6. Plaatsen Wifi versterker zodat de wifi van het Walhalla sterk genoeg is in de loods voor het bevestigen van boten (vooruitlopend op uitbreiding roeien >18 jaar)
7. Er worden lijnen op het het stenen deel van het vlot met kalk aangegeven (Carel en Michel), zodat duidelijk is waar de boten kunnen liggen.
8. Afsluiten van de trappen
9. Ophangen verkort protocol met de regels, voorwaarden en schoonmaakregels in de loods en bij de toegang
10. Communicatie naar de leden via digitale nieuwsbrief, website en social media
11. Briefing coaches
12. Communiceren naar de woonbootbewoners en scouting over de start van het roeien
13. Regelen handhaving overig (schoonmaak, terugkoppeling aan Corona-contactpersoon, afsluiting loods door beheerder etc.)
14. Start beperkt roeien in C1en en skiffs



Visueel plan Viking protocol

