

Trainen bij Logo met ingang van 13 juli 2020

Met ingang van maandag 13 juli hoef je je niet meer in te schrijven voor de trainingen, tevens laten we de maximale groepsgrootte vervallen.

Houd bij aankomst en vertrek 1,5 meter afstand tot elkaar. Als je spullen in de Logo ruimte wil leggen of op wilt halen, wacht dan even op elkaar, zodat er telkens maar één persoon tegelijk in de ruimte is. Er zijn desinfectie middelen aanwezig in de Logo ruimte.

Het is natuurlijk wel heel belangrijk dat iedereen de aanwijzingen van de trainers opvolgt en zich aan de algemene regels van de RIVM houdt. Die zullen we hier niet allemaal herhalen aangezien deze op diverse sites zijn terug te vinden. Oudewater heeft zelf ook een dergelijke site waar alle informatie overzichtelijk terug te vinden is: <https://www.oudewater.nl/inwoners/sporten-tijdens-coronatijd>

Maar het belangrijkste is:

Ga niet sporten en blijf thuis als:

- je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- iemand in je huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten.
- iemand in je huishouden positief getest is op het coronavirus (COVID-19). Blijf dan veertien dagen thuis. Dit omdat je veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden.

Bij bovenstaande klachten mag je **niet trainen**. Behoor je tot de risicogroep, ga dan bij voorkeur niet trainen om het risico te verminderen. Twijfel je dan kom je ook **niet trainen**. Neem je verantwoordelijkheid, we willen andere leden niet besmetten.

De toiletten van FC Oudewater zijn gesloten en mogen niet worden gebruikt, dus ga thuis vooraf aan de training naar het toilet. Neem water mee in eigen bidon en zet daar je naam op, zodat er geen verwarring kan ontstaan. Was voor en na de training goed je handen.

We zullen voorlopig zonder materialen trainen maar mochten we deze weer gaan gebruiken dan worden ze voor en na gebruik uiteraard gereinigd.

We rekenen op jullie medewerking om de trainingen weer veilig en sportief te kunnen geven.

Bestuur en trainers Logo

