

Protocol N.S.R.V. Phocas

per 14 september 2020

In dit document staan de regels waar wij ons aan moeten houden zodat de roeisport veilig beoefend kan worden bij Phocas. De maatregelen van het RIVM en NOC*NSF hebben gelukkig weinig effect op het sporten. Om dit zo te houden is het essentieel dat we met z´n allen de regels naleven.

Het is van belang dat iedereen die op Phocas komt alle informatie goed heeft gelezen. De regels/maatregelen gelden totdat het bestuur anders besluit.

In alle gevallen geldt: blijf thuis als je klachten hebt.

In dit document staat het volgende:

1. Protocol: sport (boot- en ergometertrainingen)
2. Protocol: Villa van Schaeck

Bij vragen of opmerkingen omtrent dit thema kun je contact opnemen met het bestuur door te mailen naar secretaris@nsrvphocas.nl.



1. Protocol: sporten (boot- en ergometertrainingen)

Tot op heden is het nog steeds mogelijk om in meerspersoonsboten te roeien. Ook is binnensport toegestaan, waardoor men binnen kan ergometeren.

Voor en na trainingen blijft de 1,5 meter regeling verplicht, tijdens het sporten wordt deze afstand gewaarborgd indien mogelijk. Trainen kan hierdoor meer tijd in beslag nemen, houd hier rekening mee en geef elkaar hierin de ruimte.

Voor en na training

Onderstaand een aantal regels met betrekking tot de zaken rondom trainingen:

- Kom voorbereid naar het botenhuis toe: kleed thuis om en douche thuis.
- Kleedkamers zijn **niet** toegankelijk voor leden, tenzij je om bent gegaan met de roeiboot.
- Het Boovenhuysch is geopend. Je mag hier tot **maximaal een half uur na je training** blijven met een maximum aantal van **15 personen**. De plekken waar je mag zitten zijn gemarkeerd. Voor de ventilatie is het belangrijk om de balkondeur open te zetten wanneer je op het Boovenhuys aanwezig bent.

Boottraining

Onderstaand een aantal regels met betrekking tot het trainen in de boot:

- Er wordt gewerkt met een inschrijfsysteem met tijdslots.
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1_IQ5Mzh497g0BYyt5i-X1LKq4imj42EOamoYCRNrPhM/edit#gid=1967677386
- Naast het inschrijven in dit systeem dien je ook de boot in te schrijven in het botenboek.
- Voor de introductielopers is er een apart inschrijfformulier gemaakt. Hierin kunnen ze zich inschrijven voor een boottraining op de woensdag en/of vrijdag.
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1gEc094kLkQrkdK5WBcLJdv6D2gUiC9w6_WzGewXTAEg/edit#gid=1706858938
- Reiniging van materiaal na afloop is verplicht, denk hierbij aan roei-, stuur- en coachmateriaal. Reinigingsmiddelen hiervoor zijn aanwezig in de loods.
- Geforceerd stemgebruik (schreeuwen) is niet toegestaan. Houd hiermee rekening tijdens het coachen en sturen. Het gebruik van mondkapjes tijdens het sturen is verplicht.
- Houd afstand als je aan het coachen bent.

Ergometertrainingen

Om de afstand voldoende te kunnen bewaren mag dit in de loods met een maximaal aantal roeiers van vier + 1 coach. Mochten er meer roeiers zijn, dan moeten de ergometers buiten neergezet worden.



2. Protocol: Villa van Schaeck

Vergaderingen

Vanuit de Stichting Villa van Schaeck is er ruimte gemaakt voor enkele vergaderplekken in de grote zaal. Echter kunnen wij als bestuur van Phocas deze fysieke vergaderingen in de Villa nog niet voor alle commissies faciliteren. Indien het voor jouw commissie echt wenselijk en urgent is om fysiek samen te komen zou je een aanvraag kunnen doen bij het toeziende bestuurslid van je commissie. Hopelijk hebben jullie begrip voor deze situatie.

Mochten je elders fysiek vergaderen houdt dan voldoende afstand. Denk aan elkaars gezondheid.

Borrels

Onderstaand een aantal regels met betrekking tot het borrelen:

- Om deel te nemen aan de borrel dien je je in te schrijven in het inschrijfformulier wat onze commissaris pand voorafgaand aan de borrel upload op de Phocas App.
- Als je binnenkomt in de zaal neem je plaats op een gemarkeerde plek op een kruk/stoel/(cantus)bank. Tijdens de borrel verplaats je niet.
- Per groep krijgt één iemand een bandje om. Degene met dit bandje heeft de mogelijkheid om drinken te bestellen aan de bar.

Tijdens de borrels dient er te alle tijde 1,5m gewaarborgd te worden. Indien het bestuur en/of het Sociëteit Beheer merken dat dit niet meer wordt nageleefd, dan moeten wij helaas de avond beëindigen.

