



Beste Judoka's en ouders,

Na een te lange periode waarin we niet hebben kunnen judoën gaan we weer van start! Voorlopig hebben we naast de accommodatie van Windesheim op het grasveld van het Greijdanus college een grote tent neergezet met daarin een judomat. Kijk voor de actuele lestijden op de website van Judo Zwolle. De lessen zullen in de zomervakantie gewoon doorgaan, zodat het voor iedereen mogelijk is de gemiste lessen weer in te halen. De automatische incasso zal ook weer opgestart worden, want ondanks het feit dat we nu lesgeven in de tent loopt de huur van onze 'stenen' accommodatie nog steeds gewoon door. Hopelijk heeft u begrip voor deze situatie.

Uiteraard houden we ons aan de regels van het RIVM en het protocol van on-campus, welke hieronder staat vermeld.

Let op: judoka's vanaf 27 jaar mogen nog niet judoën!

### **Protocol verantwoord judoën**

Vanaf maandag 10 mei worden er weer judolessen verzorgd in een grote tent die is neergezet op de grasvelden van het Greijdanus college, naast de accommodatie van Windesheim (zie plattegrond). De lessen van maandag t/m vrijdag zullen met uitzondering van de leeftijdsgroep boven de 27 jaar gegeven worden volgens het rooster op de website.



1. Kunstgras tennisbanen
  2. Betonnen tennisbanen
  3. Beachvolleybalveld
  4. Atletiekbaan
  5. Grassportveld
  6. Kunstgrassportveld
  7. Jeu de boules-baan
  8. Klimmuur
- F1: Plek voor fietsen bij gebruik 1, 2, 3,  
 4 **F2: Plek voor fietsen bij gebruik 5, 6**  
 F3: Plek voor fietsen bij gebruik 7

Om bij de judotent te komen volg je de gele pijl F2. De tent staat op grasveld 6

Hieronder lees je het noodzakelijke protocol dat is opgesteld in het belang van judoka's in het kader van het COVID-19 virus. Graag helemaal lezen.

Betreffende veiligheid en gezondheid blijven de daartoe aangewezen overheidsinstanties toezien dat ook met het COVID-19 virus in omloop contactsporten als judo binnen de voor ons allen gestelde verantwoordingsnormen valt. In het belang van de volksgezondheid van de judoka's, de trainers en ouders/bezoekers vragen wij alle om onderstaande maatregelen uit te voeren en te handhaven.

### **Veiligheid en hygiëneregels voor iedereen (op basis van Richtlijnen RIVM):**

- Blijf thuis als je één van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts heeft (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten totdat iedereen weer volledig hersteld is.
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 18 jaar onderling).
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Ga voordat je van huis vertrekt, thuis naar het toilet.
- Doe thuis je judopak (judobroek) alvast aan alvorens je naar de accommodatie komt.

- Was voorafgaand aan de judoles je handen met zeep of desinfectans, minimaal 20 seconden.
- Was voorafgaand aan de judoles je handen met zeep of desinfectans, minimaal 20 seconden.
- Was de handen met zeep of desinfectans zodra je weer thuis bent.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.

#### Routing/aanmelden:

Na afloop van de judoles wordt iedereen verzocht het terrein zo spoedig mogelijk te verlaten. De routing wordt dusdanig bepaald dat bezoekers elkaar niet of zo min mogelijk kruisen. Houdt wederom rekening met de gewenste 1,5 meter afstand. Achter de tent kunnen de tassen geplaatst worden. Bij de wisseling van de groepen wordt er door de aanwezige judoleraar voor gezorgd dat de judoka's strikt gescheiden zijn en er een veilige overgang naar de volgende les kan worden gegarandeerd. Ouders mogen **niet** aanwezig zijn bij de lessen (protocol NOC\*NSF). De judoka's worden 5 minuten voor aanvang van de les verwacht en zullen op gepaste afstand moeten wachten tot hun les zal starten. Ook hierin zal de judoleraar de verantwoordelijkheid nemen en dienen instructies hierover opgevolgd te worden. De docent zal de 1,5 meter afstand in acht houden tijdens de judoles en met verbale instructie zich richten tot de judoka's. Er zal een EHBO koffer aanwezig zijn en bij incidenten zal de leraar een mondkapje opdoen en adequaat handelen.

Toiletgebruik: ga thuis naar het toilet. Er kan eventueel gebruik worden gemaakt van het noodtoilet van On campus. Loop naar de receptie en volg de instructies van de medewerker op.

Namens On Campus en Judo Zwolle vertrouwen we op uw gezond verstand en verantwoordelijkheid.

Met vriendelijke groet,

Judo Zwolle