

## Aanvulling op Huisregels in coronatijd

Aangepast op 14-10

- Houd de door het RIVM voorgeschreven afstanden aan. Thans 1,5 meter voor personen ouder dan 12 jaar.
- Voor personen van 13 jaar en ouder geldt het dringende advies om een mondkapje te dragen.
- Kom alleen op de vooraf online gereserveerde tijd.
- Kom alleen of kom met personen uit jouw huishouden
- Kom met persoonlijk vervoer: zoals te voet, met de fiets of auto.
- Kom niet eerder dan 5 minuten voor de afgesproken starttijd naar de accommodatie.
- Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op.
- Ga voorafgaand aan het zwembadbezoek thuis naar het toilet.
- Trek thuis je badkleding aan. Op een aangeduide locatie in de badinrichting hoef je als zwemmer alleen de 'overkleding' uit te trekken en in een meegenomen sporttas mee te nemen naar een aangewezen plek, inclusief schoenen.
- Desinfecteer voorafgaand aan en na afloop van het zwembadbezoek je handen.
- Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het noodzakelijke minimum.
- Betaal met pin of contactloos (pin of mobiel).
- Beperk gebruik van niet noodzakelijke ruimten in de accommodatie.
- Glijbaan en whirlpool zijn gesloten.
- Alleen toegang voor banenzwemmen, recreatief zwemmen is niet mogelijk.
- Douches en kleedruimtes zijn gesloten. Je mag bij je stoel (in de zwemzaal) een broek/shirt over je badkleding aantrekken en direct het zwembad verlaten.
- Verlaat direct na het zwemmen de accommodatie zo spoedig mogelijk via de routing naar de aangewezen uitgang.
- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD).
- Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld.
- Blijft thuis als je in thuisisolatie bent omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.