

AV Spiridon Plan Buitensport trainingen

Rijen, 7 mei 2020

Beste atleet, ouder/verzorger,

We mogen weer trainen!

Iedereen bij Spiridon is blij dat we voor jeugd tot en met 18 jaar vanaf vrijdag 8 mei weer de mogelijkheden kunnen bieden om in de buitenlucht te sporten. En vanaf maandag 11 mei mogen we allemaal weer, zei het in kleine groepjes, onze favoriete sport weer gaan uitoefenen.

Omdat het Corona virus ons nog steeds in de greep heeft, zijn door de Overheid de volgende richtlijnen hiervoor opgesteld:

- **Kinderen tot en met 12 jaar kunnen onder begeleiding samen buiten sporten.**
- **Jongeren van 13 tot en met 18 jaar sporten onder begeleiding buiten met een onderlinge afstand van 1,5 meter.**
- **Volwassenen trainen met in acht neming van de 1.5 meter en andere RIVD richtlijnen!**

Voor alle duidelijkheid hebben we ook de trainingsmomenten in een overzicht gezet en wie op dat moment de toezichthouder is. Let op de juiste **trainingstijdstippen** en de richtlijnen voor aankomst en vertrek.

De Gemeente heeft spelregels opgesteld waar we ons als verenigingen aan moeten houden. Daarnaast zijn er door het NOC-NSF/Atletiekunie protocollen gemaakt. Deze protocollen gaan we volgen. **En daarbij hebben we ook jouw hulp nodig.**

In de bijlage aan deze brief tref je de protocollen aan. Lees ze goed door en volg de richtlijnen ook daadwerkelijk op. Omdat de Overheid gisteren (6 mei) een versoepeling van de maatregelen heeft aangekondigd, zijn er nog een groot aantal vragen hoe we als vereniging alles moeten regelen. We zijn uitgegaan op basis van de laatste stand van zaken, echter het is niet uitgesloten dat in de komende dagen/weken we andere richtlijnen krijgen. Dan zullen we je zo spoedig mogelijk informeren.

We hebben bijvoorbeeld een route gemaakt voor het halen en brengen van de atleten, ouders hebben geen toegang tot de sportaccommodatie en de kantine is dicht.

Voordat je naar Spiridon gaat was je de handen en als je bij Spiridon komt houdt je 1.5 meter afstand (behalve de pupillen tot 12 jaar).

Alle trainers die voor de groepen staan kennen de protocollen en voeren ze ook zo uit. De trainers worden geholpen door toezichthouders.

Wat verwachten we van jullie wanneer jullie willen trainen!

- De pupillen en junioren melden zich op de dag van de training **voor 15:00 aan** bij de eigen trainer via een app-je. Volwassen leden melden zich **tussen 15:00 en 18:00** uur via een appje bij de eigen hoofdtrainer aan. Voor de zaterdag en zondag trainingen geldt resp. **vrijdag en zaterdag tussen 15:00 en 20:00** uur aanmelden.
Niet aangemeld is geen training! Aanmelden is ook komen!
- Voor ouders geldt een kiss and ride principe. Dat wil zeggen je mag je kind op de grote parkeerplaats afzetten en rijdt daarna gelijk door. Wil je toch blijven wachten, blijf dan in de auto zitten. Je mag de auto **NIET** verlaten.
- Afzetten van de atleten geschied op het grote parkeerterrein. Ophalen via de "oude" ingang aan de kant van Satelliet. Dit zal met bebording worden aangegeven.

AV Spiridon Plan Buitensport trainingen

- Gebruik van het clubgebouw is, *met uitzondering van toiletbezoek*, **NIET** toegestaan.
- Met pionnen zal (tijdens de training) de afstand worden veilig gesteld.
- Er geldt een éénrichting looproute op het terrein en op de atletiekbaan. Dit zal door borden en lint worden aangegeven.
- Bij de hardloop en Nordic Walking groepen geldt de regel max. 9 lopers per groep. Zo kunnen groepen samengesteld zijn. Dit wordt door de trainers geregeld.

De Gemeente heeft aangegeven dat ze op de uitvoering van de regels gaan controleren. Met name voor de trainers en de toezichthouders willen we erop wijzen dat ze te alle tijden zich moeten kunnen identificeren. Denk dus aan een ID!

Zie hieronder het volledige trainingsschema. Sommige aanvangstijden zijn veranderd. Let dus goed op!

Heb je vragen mail dan naar info@spiridon.nl of voorzitter@spiridon.nl en je mail wordt zo snel mogelijk beantwoord.

Bij vragen of opmerkingen kan altijd contact opgenomen met de voorzitter van AV Spiridon,

Met sportieve groet,

Jacques Hameleers

Email: Voorzitter@Spiridon.nl

AV Spiridon Plan Buitensport trainingen

Dag Training	Training	Trainer	Start Tijdstip	Einde Tijdstip	Sport Locatie	Verzamelen
Maandag Avond	Mini/B/C Pupillen	Debbie de Graaf	18:00:00	19:00:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	A Pupillen	Rinie Kreeft	18:30:00	19:45:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	Nordic Walking	Christ Maas	19:30:00	20:30:00	Baan/Bos	Midden Cirkel Plein
Dinsdag Middag	Bootcamp Jeugd	Fred Soomers	17:00:00	18:00:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	Dinsdag Hardloop	Ans Versteeg	13:30:00	15:00:00	Bos	Groene Zone Ingang
	Nordic Walking	Hans Craen	13:30:00	15:00:00	Bos	Dubbele Deur Clubgebouw
Dinsdag Avond	MWB Hoogspringen	Adri Raaimakers	19:00:00	21:00:00	Baan	Hoogspring Sector
	D Junioren	Rinie Kreeft	19:00:00	20:30:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	ABC Junioren	Tim Schellekens	19:30:00	21:00:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	MiLa Hardloop	Jan van Laarhoven	19:30:00	21:00:00	Baan	Jury Trap
	Masters Hardloop	Paul Theewes	19:30:00	21:00:00	Bos	Vlaggenmasten Plein
	Senioren/Master Hardloop	Louis van Dungen	19:30:00	21:00:00	Baan/Bos	Jury Trap
	Loop A Hardloop	Fred Soomers	19:20:00	20:50:00	Bos	Midden Cirkel Plein
	Loop B Hardloop	Chantal Oprins	19:20:00	20:50:00	Bos	Midden Cirkel Plein
	Loop A/B Hardloop	Patrick van de Veerdonk	19:20:00	20:50:00	Bos	Midden Cirkel Plein
	Loop C Hardloop	IJsbrand van de Berg	19:10:00	20:40:00	Bos	Groene Zone Ingang
	Loop D Hardloop	Ans Versteeg	19:10:00	20:40:00	Bos	Groene Zone Ingang
	Loop C/D Hardloop	Ton Heukelom	19:10:00	20:40:00	Bos	Groene Zone Ingang
Woensdag Avond	Mini/B/C Pupillen	Debbie de Graaf	18:00:00	19:00:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	A Pupillen	Rinie Kreeft	18:30:00	19:45:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	Volwassen Bootcamp	Fred Soomers	19:30:00	20:30:00	Baan/Bos	Satelliet Letters
Donderdag Avond	D Junioren	Rinie Kreeft	19:00:00	20:30:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	ABC Junioren	Tim Schellekens	19:30:00	21:00:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	MiLa Hardloop	Jan van Laarhoven	19:20:00	20:50:00	Baan	Jury Trap
	Senioren Hardloop	Louis van Dungen	19:20:00	20:50:00	Baan/Bos	Jury Trap
	Masters Hardloop	Paul Theewes	19:20:00	20:50:00	Bos	Vlaggenmasten Plein
	Loop A Hardloop	Fred Soomers	19:10:00	20:40:00	Bos	Midden Cirkel Plein
	Loop B Hardloop	Chantal Oprins	19:10:00	20:40:00	Bos	Midden Cirkel Plein
	Loop C Hardloop	IJsbrand van de Berg	19:10:00	20:40:00	Bos	Groene Zone Ingang
Vrijdag Avond	Atletiek + Groep 9-12 jr	Tirtsa Swart / Dionne Kat	18:30:00	19:30:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	Atletiek + Groep 12-15 jr	Tirtsa Swart / Dionne Kat	18:30:00	19:30:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	Atletiek + Groep 15-18 jr	Tirtsa Swart / Dionne Kat	19:30:00	20:30:00	Baan	Verzorgd door Trainer
Zaterdag Ochtend	MWB Hoogspringen	Adri Raaimakers	10:00:00	12:00:00	Baan	Hoogspring Sector
	MiLa Hardloop	Jan van Laarhoven	09:45:00	11:15:00	Bos	Jury Trap
	Masters Hardloop	Paul Theewes	09:45:00	11:15:00	Bos	Vlaggenmasten Plein
		Jan Mensen	09:45:00	11:15:00	Bos	Vlaggenmasten Plein
	Senioren/Master Hardloop	Louis van Dungen	09:45:00	11:15:00	Bos	Jury Trap
	Loop A Hardloop	Fred Soomers	09:00:00	10:30:00	Bos	Midden Cirkel Plein
	Loop B Hardloop	Chantal Oprins	09:00:00	10:30:00	Bos	Midden Cirkel Plein
	Loop A/B Hardloop	Patrick van de Veerdonk	09:00:00	10:30:00	Bos	Midden Cirkel Plein
	Loop C Hardloop	IJsbrand van de Berg	09:30:00	11:00:00	Bos	Groene Zone Ingang
		Paul Houtepen	09:30:00	11:00:00	Bos	Groene Zone Ingang
	Loop D Hardloop	Ans Versteeg	09:30:00	11:00:00	Bos	Groene Zone Ingang
	Loop C/D Hardloop	Ton Heukelom	09:30:00	11:00:00	Bos	Groene Zone Ingang
	Nordic Walking	Christ Maas	09:15:00	10:45:00	Bos	Midden Cirkel Plein
		Rob de Kok	09:15:00	10:45:00	Bos	Midden Cirkel Plein
Handbiking	Jolanda van Dongen	11:00:00	12:00:00	Baan	Start Atletiekbaan	
Zondag Ochtend	Werptraining (13-18 jr)	Paul Swart	10:30:00	12:30:00	Baan	Verzorgd door Trainer
	Zondag Wandelen	Kees van Loon	08:30:00	10:00:00	Bos	Voordeur
	Zondag Hardlopen	Kees van Loon	08:30:00	10:00:00	Bos	Voordeur
	Zondag Hardlopen W	Fred Soomers	09:00:00	10:30:00	Bos	Groene Zone Ingang