

COVID-19 Regels bij Poseidon per 14-12-2020:

Algemeen (RIVM richtlijnen)

- Houd ook bij Poseidon altijd zowel binnen als buiten 1,5 meter afstand.
- Blijf thuis bij
 - Neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, plotseling verlies van reuk of smaak, verhoging, koorts en benauwdheid.
 - Je bent teruggekeerd uit een risicogebied met veel corona (oranje reisadvies).
 - Jij of een huisgenoot vanaf 6 jaar coronaklachten heeft én last van koorts of benauwdheid. En deze persoon heeft nog geen testuitslag.
 - Je nauw contact had met iemand bij wie corona is vastgesteld. Of als je een huisgenoot hebt die met corona is besmet.
 - Je een melding hebt gekregen uit de Coronamelder-app
- Zorg voor goede hygiënemaatregelen:
 - Was je handen regelmatig 20 seconden lang met water en zeep, daarna handen goed drogen
 - Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
 - Gebruik papieren zakdoekjes om je neus te snuiten en gooi deze daarna weg
Was daarna je handen
 - Schud geen handen

Sociëteit:

De sociëteit is gesloten.

- De zaal, keuken en het balkon mogen niet gebruikt worden.
- Er mag geen koffie, etc. gezet worden.

Toiletten:

De toiletten zijn open, maar gebruik die alsjeblieft zo min mogelijk. Is het toilet bezet, wacht in de hal of kom later terug

Kleedkamers:

De kleedkamers zijn gesloten. De lockers mogen worden gebruikt. Maak na gebruik deurtje en grendel schoon.

Douche:

De douches zijn gesloten.

In geval van nood, bijvoorbeeld als je bent omgeslagen, mag worden gedoucht. Dat mag alleen in de douche in de herenkleedkamer¹.

¹ alleen bij deze douche zullen regelmatig leidingen worden doorgespoeld om legionella besmetting te voorkomen

Trainen op de ergometer:

- Trainen op de ergometers is niet toegestaan

Roeien:

- Er mag zonder beperkingen in éénpersoons boten worden geroeid.
- Instructie blijft toegestaan.
- Voor personen uit hetzelfde huishouden geldt dat zij in een twee mogen roeien.
- Het gebruik van meerpersoonsboten met een niet-reguliere bezetting is mogelijk in de volgende configuraties:
 - een C2x+ met een roeier op boeg en een stuur
 - een 3x- met twee roeiers, waarbij de middelste roeiplaats open blijft.
- Het is belangrijk om meerpersoonsboten te tillen met voldoende mensen. Maak van tevoren afspraken voor het tillen. Tijdens het tillen moet altijd 1,5m afstand gehouden worden. Zie voor meer uitleg over het roeien in en tillen van meerpersoonsboten de instructies die in de loods hangen.
- Houd er rekening mee dat roeien met minder mensen in een meerpersoonsboot zwaarder is en dat de boot lastiger te sturen is.

Breng zelf mee en neem na het roeien weer mee naar huis:

- Een pen om je boot af te schrijven
- Een horloge of ander middel om de tijd in de gaten te houden
- Droge kleding en handdoek voor het (onwaarschijnlijke) geval je bent omgeslagen.

Reserveren tijdslot:

- Om te voorkomen dat te veel leden tegelijkertijd aanwezig zijn, is online reserveren van een tijdslot verplicht. Je reserveert hiermee geen boot, je reserveert tijd in de loods en op het vlot. Daarom is het ook voor leden met een eigen boot verplicht een tijdslot te reserveren.
- Meld je aan om te kunnen reserveren via weerindevaart@rzv-poseidon.nl. Voor C1-leerlingen verloopt de reservering via hun instructeur. Zij hoeven dus geen account aan te vragen.
- Voor het skiff- dwars- en achtvlot zijn in totaal maximaal 5 tijdslots tegelijk beschikbaar.
 - Let op! er passen maar 3 éénpersoonsboten tegelijk op of aan het skiffvlot. Bij vier roeiers tegelijk op het skiffvlot is het dwarsvlot nodig om de 4e boot in- en uit te brengen.
- Je reserveert twee keer een tijdslot van 30 minuten. Eén voor vertrek en één voor aankomst.
- **Vul de gezondheidscheck in. NB Deze verklaring moet ook nog geldig zijn op het tijdstip van roeien.**
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de tijd dat je een tijdslot hebt gereserveerd.
- Je schrijft je boot op de normale manier af als je bij Poseidon bent.
- Als je te laat bij de vereniging aankomt, mag je niet meer roeien. Je moet dan een nieuwe reservering aanmaken.
- Zorg dat je binnen de tijd van je vertrek-tijdslot afvaart en zorg dat je aan het begin van je aankomst-tijdslot terug bent.
- Ben je vroeger terug dan gepland of is er nog geen ruimte aan het vlot, wacht dan in de haven tot er ruimte is op het vlot.
- Alleen als iedereen meewerkt met deze strakke planning, is veilig roeien onder de huidige omstandigheden mogelijk.

Onderhoud, instructie en examens

- Het is aan leden met specifieke taken toegestaan tegelijkertijd aanwezig te zijn met de genoemde roeiers. Het gaat hierbij om taken als het uitvoeren van onderhoudswerkzaamheden, het geven van instructie en het afnemen van examens.
- Deze leden maken een reservering voor de tijd dat ze aanwezig moeten zijn in een aparte agenda, waardoor voor iedereen zichtbaar wordt dat er meer leden aanwezig kunnen zijn.
- Instructie en examens zullen zoveel mogelijk plaats vinden op het dwarsvlot en 8-vlot.
- Wordt instructie/examen vanaf het vlot gegeven dan is het raadzaam een tijdslot voor het 8-vlot én één van de vier vlotten te reserveren, om ook het dwarsvlot te kunnen gebruiken.

Houd je aan de volgende aanwijzingen:

- Ontsmet je handen met handalcohol. Een flacon met pompje staat bij de wasbak.
- Schrijf de boot af waar je in wil roeien. Doe dit bij voorkeur met een pen die je zelf hebt meegebracht.
- Houd op het vlot altijd 1,5m afstand.
- Maak na het roeien de boot en de riemen schoon met water en een scheutje schoonmaakmiddel. Een klein scheutje allesreiniger op een emmer water is voldoende.
- Maak het rolbankje, het voetenbord, de knoppen van het voetenbord, de overslagen en de handvatten van de riemen met extra aandacht schoon.
- Naspoelen is niet nodig. Droog de boot en de riemen af.
- Voor het afdrogen van boten kunnen handdoeken van de vereniging gebruikt worden. Gebruikte handdoeken graag in wasmand in de dameskleedkamer doen.
- Heb je een coxbox gebruikt, maak microfoon, knoppen en hengsel schoon met een hygiënisch doekje. Hygiënische doekjes liggen op de piano.
- Komt er volgens schema op korte termijn niemand na jou roeien, maak dan de singels schoon met zeepsop, hang ze op en sluit de loodsdeur(en).
- Maak de handgrepen van de loodsdeur(en) en de deuren van het gebouw schoon.
- Bij voorkeur nog eens handen wassen of handalcohol aanbrengen.

Dit beleid moet zich in de praktijk bewijzen en zal wellicht aanpassingen vragen. Opmerkingen, aanwijzingen en klachten zijn welkom via secretaris@rzv-poseidon.nl.