



## **Protocol verantwoord sporten kinderen tot en met 12 jaar**

### **Veiligheid en hygiëneregels voor iedereen**

1. Blijf thuis als je een van de volgende symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
2. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden (koorts vanaf 38C en of benauwdheidsklachten heeft).
3. Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering kinderen tot en met 12 jaar)
4. Hoest en nies in je elle boog en gebruik papieren zakdoekjes.
5. Ga voor dat je naar Lucas Fitness vertrekt thuis naar het toilet.
6. Douche thuis en niet bij Lucas Fitness, kleedkamers zijn gesloten dus kom in je sportkleding.
7. Kom niet eerder dan 10 minuten voor de training naar Lucas Fitness en wacht op aanvang op de daarvoor aangewezen plek, blijf buiten naar binnen mag niet.
8. Volg altijd de aanwijzingen op van het personeel van Lucas Fitness.
9. Maak gebruik van je eigen materialen.
10. Neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken, binnen water halen mag niet.

### **Voor ouders en verzorgers**

1. Informeer je kinderen over de algemene veiligheid en hygiëneregels en zorg dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiders opvolgen.
2. Meld je kind(eren) tijdig aan en volg de afspraken van Lucas Fitness zodat we rekening kunnen houden met de toestroom.
3. Reis alleen met jouw kind(eren) of kom met personen uit jouw huishouden.
4. Als ouder/verzorger/begeleider heb je geen toegang tot de sportlocatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren), uitzondering voor betaling contributie of vragen is er 1 persoon tegelijk toegestaan bij de receptie.
5. Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training naar Lucas Fitness, en volg bij aankomst altijd de aanwijzingen op van de trainers of ander personeel van Lucas Fitness.
6. Haal je kind(eren) direct op na de les op de afgesproken plek en zorg dat dit moment zo kort mogelijk is.