

Goed nieuws!!!!

Binnen trainingen voor Budo vereniging Rijen start 1 juli 2020

Na een mooie start met de buiten trainingen kunnen we vanaf 1 juli starten met binnen trainingen voor alle leden. We hanteren het gewone training rooster voor wat betreft groepen en dagen. **Tijden kunnen veranderen, maar dat heeft niets met COVID 19 te maken.**

Toeschouwers worden niet toegelaten in de trainingsruimte en kantine van BVR i.v.m. de beschikbare ruimte in de kantine. Als een ouder / verzorger iets moet bespreken met de zaalwacht kan dit alleen op afspraak tijdens de training van zijn of haar kind, Het tijdslot wat hiervoor gereserveerd wordt, is 1 kwartier na aanvang van de training tot 1 kwartier voor einde van de training van het betreffende kind.

Routing en organisatie in de trainingslocatie,: normale ingang wordt gebruikt als in en uitgang. Kinderen tot en met 12 jaar hoeven van niemand afstand te houden jeugd 13 tot en met 18 jaar hoeven geen 1,5 m afstand van elkaar te bewaren. Deelnemers van een training groep mogen binnen wachten mits juiste afstand gehandhaafd kan worden met volwassenen als dit nodig is (19 jaar en ouder moet buiten de training ten allen tijde 1.5 m afstand houden, behalve bij kinderen tot en met 12 jaar). Anders wacht men buiten tot men uitgenodigd worden om binnen te komen voor de training. Tijdens de trainingen hoeft niemand afstand te houden.

Kleedkamers en douches zijn open voor iedereen Bij senioren max 4 personen in heren kleedkamer en 2 personen in dames kleedkamer. Dit in verband met de 1,5 m afstand. Toilet is beschikbaar maar gebruik wordt ontraden.

Het is belangrijk dat we ons aan de regels houden. Dus lees dit bericht goed door.

Hou je aan de [regels van NOC-NSF \(klik hierop op ze te lezen\)](#).

[Lees ook het protocol en de aanvullende regels van BVR goed door.](#)

Deze staan op de website, facebook en Instagram van BVR.

Protocol binnen sporten Budo vereniging Rijen voor budoka's en ouders / verzorgers.

1. Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren.

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop.
- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten.
- Blijft thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact.
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar).
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet. Toilet bezoek op de training locatie willen we graag tot het minimum beperken.
- Was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden.
- Was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie.
- Douche thuis en niet op de sportlocatie.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.

2. Aanvullende regels voor sporters en ouders / verzorgers

- Ouders / verzorgers brengen de kinderen en gaan direct weer weg.
- Ouders / verzorgers komen niet op de locatie, maar brengen de kinderen tot aan de deur. Daar worden de kinderen opgevangen door een begeleider of trainer.
- Ouders / verzorgers blijven niet kijken.
- Ouders / verzorgers kunnen op afspraak eea bespreken met de zaalwacht, het tijdslot wat hiervoor gepland is, 1 kwartier na aanvang van de training tot 1 kwartier voor einde van de training van hun kind .
- Kom alleen naar de trainingslocatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat.
- Reis alleen of kom met één persoon uit jouw huishouden.
- Kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de sportlocatie.
- De kleedkamers en douches zijn open voor jeugd t/m 18 jaar.
- De kleedkamers zijn open voor senioren (19+). Maximaal 4 personen in de heren kleedkamer en 2 personen in de dames kleedkamer. Dit in verband met de 1,5 m regel.
- Toilet bezoek op de training locatie wordt ontraden, zorg dat je voor de les bent geweest.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit naar de sportlocatie en wacht voor zover kan binnen maar anders buiten tot je uitgenodigd wordt om binnen te komen voor de training.
- Volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie en trainer.
- Kinderen tot en met 12 jaar hoeven van niemand afstand te houden.
- Jeugd 13 tot en met 18 jaar hoeft geen afstand te houden van leeftijd genoten. Er is geen enkele beperking in het judo / jiu jitsu / taekwondo qua stoeien of aanraken.
- Buiten de training ruimte houdt iedereen van 19 jaar en ouder 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden, behalve bij kinderen tot en met 12 jaar (Tijdens de training heeft iedereen van 19 jaar en ouder geen enkele beperking in het judo/ jiu jitsu / taekwondo qua stoeien of aanraken.
- Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen met water en zeep of reinigingsdoekjes.
- Indien gewenst, neem je eigen bidon gevuld mee.
- Verlaat direct na de sportactiviteit de training locatie.

Training rooster en locatie

Training locatie van Budo vereniging Rijen, Rector Buijselstraat 19, 5121 JP Rijen.

Kleding voorschrijft alle trainingen: judo, jiu-jitsu en taekwondo kleding

Let op woensdag en zaterdag worden het training rooster aangepast. jiu-jitsu groep 5 – 8 jaar wordt verplaatst van zaterdag naar woensdag.

JUDO

MAANDAG	18:00 TOT 19:00 UUR	7 – 9 JAAR
	19:00 TOT 20:00 UUR	10 – 14 JAAR
	20:00 TOT 21:00 UUR	SENIOREN
WOENSDAG	15:30 TOT 16:30 UUR	4 – 6 JAAR
	17:45 TOT 18:45 UUR	8 – 14 JAAR
VRIJDAG	18:15 TOT 19:15 UUR	6 – 7 JAAR
	19:15 TOT 20:15 UUR	WEDSTRIJDTRAINING
	20:15 TOT 21:15 UUR	BANDENTRAINING

TAEKWONDO

DINSDAG	18:15 TOT 19:30 UUR	7 – 12 JAAR
	19:30 TOT 20:45 UUR	VANAF 12 JAAR
DONDERDAG	18:30 TOT 19:30 UUR	7 – 12 JAAR
	19:30 TOT 20:45 UUR	VANAF 12 JAAR
ZONDAG	11:15 TOT 12:30 UUR	COLOUR BAND TRAINING

JIU-JITSU

WOENSDAG	18.45 TOT 19.45 UUR	5 – 8 jaar
	19:45 TOT 20:45 UUR	8 – 15 JAAR
	20:45 TOT 22:00 UUR	SENIOREN
ZATERDAG	9:30 TOT 10:30 UUR	8 – 15 JAAR
ZONDAG	10:00 TOT 11:15 UUR	ZWARTE BAND TRAINING