

Je mag komen trainen als je **GEEN** last hebt van:  
**Neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (>38 graden)**  
**EN**  
**Niemand uit het gezin heeft Covid-19 (corona)**  
**EN**  
Je hebt je aangemeld voor de training via **Whatsapp**



**Thuis omkleden:**

Trek je zwemkleding  
onder je gewone kleding  
aan als je komt

Ga voordat je komt naar  
de WC



Bij vertrek en thuiskomst  
20 seconden handen  
wassen



Iedereen houdt 1,5 meter afstand van elkaar als je niet uit hetzelfde huishouden komt  
(uitzondering jeugdleden onder de 13 jaar).

Toeschouwers/ouders enkel welkom na aanmelding zodat we het maximaal aantal personen  
kunnen bijhouden.

Volg altijd de aanwijzingen op van de aanwezige trainer.



Overkleding uitdoen en  
opbergen in je tas achter  
de startblokken of op de  
ligweide.

**ZWEMMEN!**  
Houd je aan de 1,5m  
afstandsregel als je boven  
de 13 jaar bent



Na het zwemmen:  
Douche mag **NIET** gebruikt  
worden  
Omkleden op de ligweide of  
als je onder de 13 jaar bent in  
het Bruinvishok  
Of  
in een kleedhokje, deze worden  
na elke training schoongemaakt

Houd je aan de regels, gebruik je verstand en respecteer de toezichthouders.  
Voor het volledige protocol verwijzen wij u naar [www.debruinvis.nl](http://www.debruinvis.nl)

