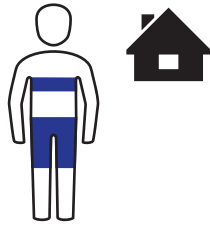


Hygiëneregels roeivereniging Nautilus



Was je handen
vóór en na
de training thuis



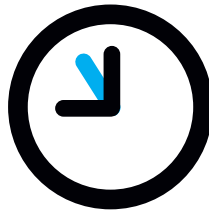
Kleed je thuis om
in
sporttenuue



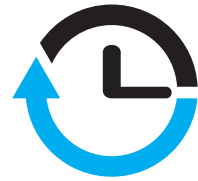
Brengen en halen
tot de ingang van
de vereniging



Fiets alléén
van en naar
de vereniging



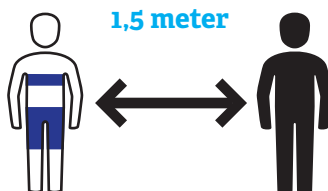
Maximaal 5 minuten
vóór de training
aanwezig



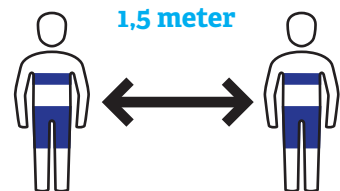
Er zit 30 minuten
startverschil
tussen de trainingen



Toilet bezoek
is alleen mogelijk
bij hoge uitzondering



Maximaal 8 personen
tegelijktijd op het
verenigingsterrein



Jeugd 13 t/m 18 jaar
maximaal 5 roeiers
op het vlot



Je traint alleen
in de aan jou
toegewezen skiff



Maak hendels en
coachmateriaal schoon
met sop na elke training



Vetrek meteen
ná de training
naar huis

- Roeien is alleen mogelijk voor sporters van 13 tot en met 18 jaar
- Was je handen thuis vóór en na het sporten
- Houd altijd 1,5 meter afstand
- Schud geen handen en geef geen high fives
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes
- Blijf thuis als je één van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, verhoging (tot 38°C) en als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten



ROEIVEREENIGING
„NAUTILUS”