

# Zwemles in Coronatijd zwembad De Hout

Alkmaar Sport gelooft in de positieve effecten van bewegen. Naast een mentale en fysieke weerbaarheid, is het sociale component minstens zo belangrijk. En voor het laatste hebben we u nodig: samen kunnen we weer genieten van het zwembad als we ons houden aan de richtlijnen.

## Richtlijnen zwembad De Hout

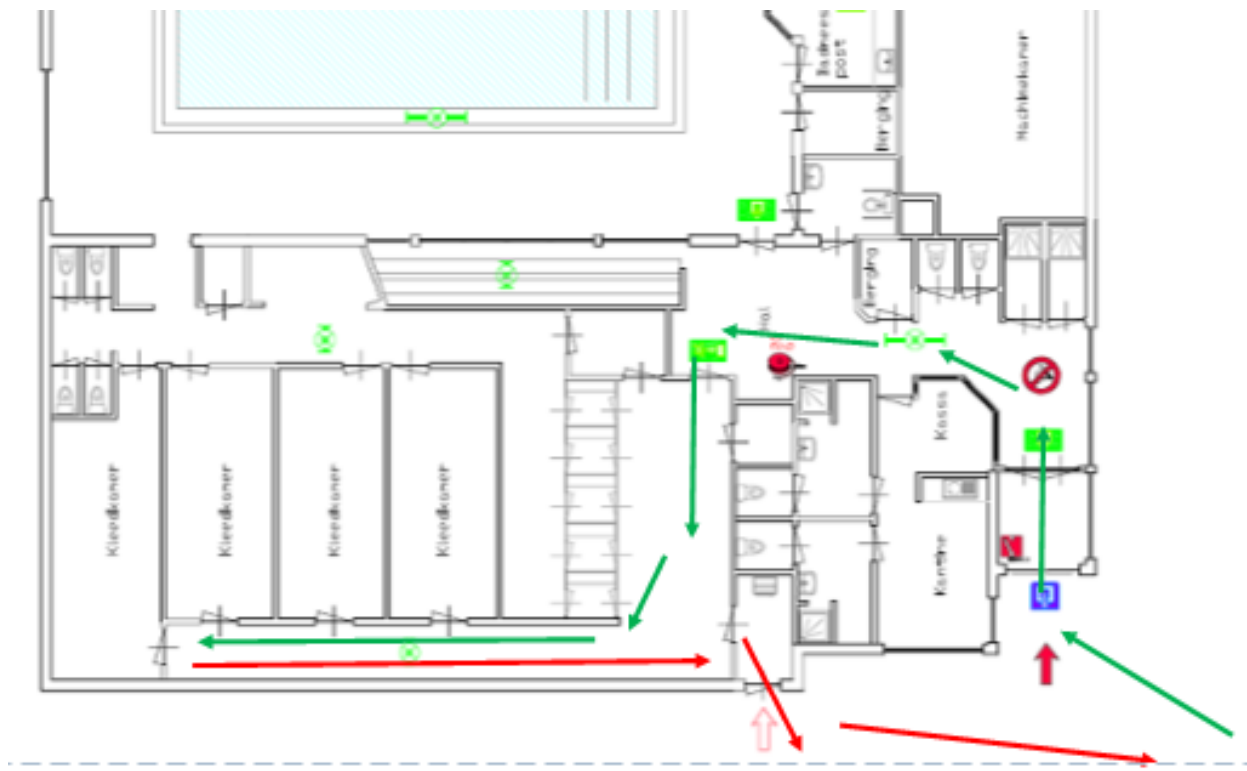
Hoe waarborgen wij voor volwassenen de 1,5 meter in de:

1. Hal
2. Kleedkamers
3. Zwembad

### 1. Hal

Bij binnenkomst kunt u gebruik maken van de voordeur. Na het aanmelden met de lespas loopt uw kind door naar de kleedkamer. De deur van het schoonmaakhok is de uitgang.

Op onderstaande afbeelding zie u de looproute, maar ter plaatse wordt de looproute ook duidelijk gemaakt:



### 2. Kleedkamers

Uw kind kan van de grootste vier kleedkamers gebruikmaken. De kleedkamers worden gebruikt bij zowel binnenkomst, als bij vertrek.

**Bij binnenkomst** → U dient 10 minuten voor aanvang van de les aanwezig te zijn. Via de gang komt uw kind de kleedkamer binnen. Per kind is een vak gemarkeerd waarmee de 1,5-meterregel wordt gewaarborgd. Gezien de korte tijd tussen de lessen, is het belangrijk dat het verblijf in de kleedkamers zo kort mogelijk is. Het verzoek is dan ook om uw kind makkelijke kleding aan te laten trekken. Bij voorkeur een onesie of een trainingspak met makkelijke schoenen. Na het uitkleden mag uw kind

zelfstandig naar het zwembad lopen. Let op: er mag geen kleding in de kleedkamer achter blijven. Dit moet in een tas meegenomen worden naar de zwemzaal.

### **3. Zwembad**

De zweminstructeur vangt uw kind op voor de les, waarbij de voorgeschreven regels in acht worden genomen.

### **4. Douches**

De douches zijn open en kunnen gebruikt worden.