

## Maatregelen voor les-leden m.i.v. 5 juli 2020:

Met ingang van **5 juli 2020** is onze accommodatie weer open voor lessen. Hiervoor gelden de volgende regels:

### Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

- Houd je aan alle actuele RIVM richtlijnen zoals de 1,5 meter afstand.
- Kom **niet** naar de les in geval van één of meerdere van de volgende symptomen:
  - koorts (hoger dan 38 graden Celsius)
  - neusverkoudheid
  - hoesten
  - recent opgetreden benauwdheidsklachten
  - keelpijn
  - hoofdpijn
  - geur- en smaakverlies
- Zorg voor goede hygiënemaatregelen om verspreiding van het virus tegen te gaan:
  - Was je handen regelmatig, langer dan 20 seconden, met water en zeep. (Voordat je naar buiten gaat, als je weer thuis komt, als je je neus hebt gesnoten, natuurlijk voor het eten en nadat je naar de wc bent geweest).
  - Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.
  - Gebruik papieren zakdoekjes om je neus te snuiten en gooi ze daarna weg, was je handen.
  - Schud geen handen en raak elkaar niet aan.
  - Houd 1,5 meter afstand (2 armlengtes) van anderen.
  - Houd een paard- lengte afstand te paard.
- Iedereen draagt handschoenen op de accommodatie.
- Handen wassen kan in het invalide toilet.
- Vanaf 15 minuten voor aanvang van de les, mag je losrijden.
- Kom alleen naar de accommodatie op de tijd dat jij les hebt.
- Het op- en afbouwen van hindernissen gebeurt altijd met handschoenen aan en er wordt niet gezamenlijk op- of afgebouwd aan één hindernis.
- Parkeren mag op 5 meter afstand tussen de auto's/ vrachtwagens.
- Op- en afzadelen of in- en uitspannen gebeurt alleen bij de trailer/ vrachtwagen.
- Er mogen geen paarden of pony's op de opstelplaats "gestald" worden.
- Ga na je training direct naar huis.
- Neem niet meer dan 1 begeleider mee. De begeleider houdt zich aan de 1,5 meter regel.
- Toeschouwers zijn niet toegestaan.
- Leden volgen altijd de aanwijzingen van de instructeur op.
- Na de les moet je uitstappen en afzadelen bij de trailer/ vrachtwagen, daarna moet je het terrein direct weer verlaten. Het is niet toegestaan dat je blijft kijken naar anderen.
- De kantine zal gesloten blijven. Neemt desnoods zelf iets te drinken mee van huis.
- Er worden geen onverantwoorde risico's genomen in de paardensport. Gebruik van gezond verstand staat bij iedereen voorop.



Vereniging "Voornruiters"  
Sportpark Rijnvliet 7  
Utrecht  
Postadres: Claushof 17  
3481 WB Harmelen  
E-mail: info@voornruiters.nl  
KVK nummer: 40481534  
NL 24 RABO 0341 400726