

PAARDENSPORT EN CORONA

*aanbevelingen
bij een eerste doorstart van de sport ...*



PAARDENSPORT
VLAANDEREN

april 2020

#fieropmijnsport



Inhoud

DE LAATSTE STAND VAN ZAKEN

1. Algemene richtlijnen
2. Wat is er beslist?

HOE PAKKEN WE DAT BEST AAN?

1. De club/manege/locatie
2. De ruiter
3. De lesgever/trainer
4. Trainen, privéles of groepsles

EN OM NIET TE VERGETEN

1. Veiligheid
2. Enkele pictogrammen

Buitensporten kunnen starten vanaf 4 mei.

De volksgezondheid blijft centraal staan en dus dienen er extra maatregelen gevolgd te worden om het virus onder controle te houden. Iedereen heeft zijn verantwoordelijkheid om hieraan mee te werken.



Vlaanderen
is zorg

HET CORONAVIRUS

Hoe kan je een besmetting voorkomen?



Was je handen
regelmatig en grondig
met water en zeep.
Reken zo'n 40 à 60
seconden per wasbeurt.



Hoest of nies
in een papieren
zakdoekje of in de
binnenkant van
je elleboog.



Gebruik papieren
zakdoekjes en
gooi ze weg in
een afsluitbare
vuilbak.



Blijf zo veel
mogelijk thuis.
Ziek? Blijf dan in
isolatie.



Raak je gezicht zo
weinig mogelijk aan
met je handen.



Vermijd
handen
geven.



Vermijd
nauw contact.
Hou voldoende
afstand (1,5 m).

DRAAG ZORG VOOR JEZELF EN ZO OOK VOOR ANDEREN.

AGENTSCHAP
ZORG &
GEZONDHEID

Meer info op
www.info-coronavirus.be

De laatste stand van zaken



**Veilig en verantwoord
Haalbaar en doenbaar**



Algemene richtlijnen

- **BEN JE ZIEK? BLIJF DAN IN UW KOT!!!**

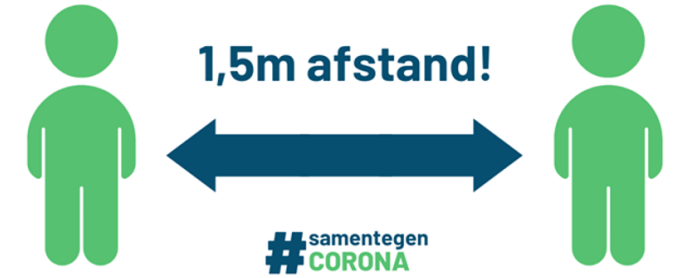
- In deze tijden is dat cruciaal. Besmettingen gebeuren blijkbaar meestal tijdens de eerste symptomen.
- Voel je je niet goed? Heb je een hoestje? Loopt je neus? Heb je (lichte) koorts? ... Blijf dan thuis!!
- Doe dit om iedereen te beschermen.
- **Belangrijk: Ben je ziek** geweest, hou jezelf (ook na genezing) 14 dagen in **quarantaine**. Zo worden anderen beschermd!!

- **SOCIAL DISTANCING: Dit blijft het basismoto (voor de komende weken en maanden).**

- Zorg dat je **altijd** die **onderlinge afstand** houdt van **1,5 meter**.
- Dit doe je zeker met mensen die je niet constant tegenkomt (mensen die samenleven onder hetzelfde dak, hoeven dit uiteraard niet te doen).

- **HYGIENE EN BESCHERMING:**

- **Was je handen** meer dan ooit (en grondig)!
- Gebruik van **mondmaskers of gezichtsbescherming** is aangewezen, maar geen verplichting.
- **Ontsmetting** van je handen en eventueel dragen van **beschermende handschoenen** biedt eveneens extra bescherming.
- Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan.





Wat is er beslist?

• EEN AANTAL ZAKEN BLIJVEN GELDEN:

- Alles wat nodig is in het kader van **dierenwelzijn** voor het paard mag gebeuren (transport, wandelen, beweging geven, dierenartsbezoek, ...).
- Je mag je paard bezoeken/verzorgen/rijden **thuis** en daar **waar het gestald** staat.
- Indien je gestald staat op een manege of pensionstal, moet je wel rekening houden met de regels van de locatie.

• WAT VERANDERT ER OP 4 MEI?

- Paardensport is **toegelaten voor iedereen** als buitenactiviteit.
- Je kan dat doen samen met **leden van hetzelfde gezin** (die onder één dak wonen) en **met twee extra personen**.
- Locaties waar je gaat paardrijden moeten de **horeca gesloten** houden, samen met de **kleedkamers** en **douches** (mochten die er zijn).
- **Privélessen vallen onder deze definitie**. Ook een les aan leden van hetzelfde gezin en één extra persoon valt onder deze definitie.
- Uiteraard kan je ook gaan **wandelen te paard** en kan je nog steeds **thuis paardrijden**.

• WAT VERANDERT ER OP 11 MEI?

- Alle **winkels** gaan **open**. Je kan dus vanaf dan terecht in jouw favoriete ruitersportzaak.

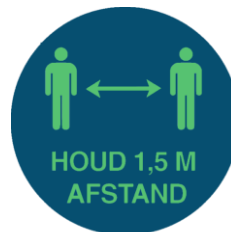
• WAT VERANDERT ER OP 18 MEI?

- **Paardensport** blijft toegelaten voor iedereen. Als alles goed gaat, zal dat vanaf dan mogelijk zijn met **grotere groepen**.
- **Groepslessen** vallen onder deze definitie.

Over (kleinere) wedstrijden is nog niets beslist en wachten we op verdere besluiten. Tijdens de persconferentie werd al aangehaald dat dat zeker niet voor 8 juni zou zijn.

En we houden uiteraard altijd rekening met de algemene richtlijnen:

- afstand houden
- gezichtsbescherming indien nodig
- hygiëne
- En als je ziek bent, blijf je thuis!





En dat betekent dan concreet

**Veilig en verantwoord
Haalbaar en doenbaar**



De club/manege/locatie

• VERANTWOORDELIJKHEID: COÖRDINATOR

- Duid binnen de club een **verantwoordelijke** aan (kan de zaakvoerder zijn, of iemand anders) die alle **maatregelen** goed coördineert en opvolgt. **communiceer** daarover duidelijk dat hij/zij ook het aanspreekpunt is, maar dat ook iedereen VERPLICHT al deze maatregelen dient op te volgen.
- Alle andere medewerkers van de clubs/manege/locatie zijn duidelijk op de hoogte van de richtlijnen en zien gezamenlijk toe op de strikte **naleving** ervan.

• SANITAIRE VOORZIENINGEN:

- **Toiletten** kunnen geopend worden, maar draag grote zorg voor hygiëne.
- Er worden voldoende voorzieningen getroffen om op verschillende plaatsen **handen** te kunnen **wassen**. **Papieren handdoeken** en **ontsmettingsalcohol** zijn aanwezig.
- Indien je een “**air dryer**” hebt in de toiletten, **schakel** deze dan **uit**!
- Mocht je beschikken over **douches** en/of **kleedkamers**, dan mogen deze niet gebruikt worden.

• AANWEZIGHEDEN:

- De club stelt een **planning** op zodat het aantal aanwezige personen in die mate is beperkt dat ten allen tijde de **social distancing** kan gegarandeerd worden.
- Dit aantal is per locatie verschillend en moet doordacht uitgerekend en opgesteld zijn.
- **Aanwezigheid wordt beperkt in de tijd**, zodat iedereen de kans heeft om sportbeoefening te doen.

• ONDERHOUD PAARDEN: (voor die locaties waar paarden gestald zijn)

- Op het moment dat het **basisonderhoud van de paarden** wordt gedaan (voederen, mesten), worden **geen bezoekers** toegelaten in de desbetreffende stalvleugels ter bescherming van het personeel en medewerkers.





De club/manege/locatie

• OPZADELEN/AFZADELEN/WASPLAATSEN:

- Bekijk als club goed hoe je **social distancing** kan garanderen bij het opzadelen en afzadelen van paarden.
- Bekijk ook goed de lokale situatie van wasplaatsen. Kan je misschien extra **tijdelijke wasplaatsen** maken op een andere plaats (outdoor)?
- Maak ook goede afspraken aangaande de **zadelkamers** en het gebruik ervan.

→ Bij de voorbereidingen van het rijden en de naverzorging is de kans op menselijk contact groter dan bij het rijden zelf. Denk hier goed over na en maak specifieke afspraken voor jouw locatie.

• PISTEGEBRUIK:

- Voor het gewoon **losrijden** of voor **privélessen** wordt er geadviseerd om **maximaal 1 ruiter per 200m²** toe te laten in een piste en **nooit meer dan 10 ruiters** (in grote pistes).
- Wanneer er **parcours** wordt gesprongen, wordt er geadviseerd om **niet meer dan 2 ruiters** toe te laten in een piste. Elke ruiter kan begeleid worden door maximaal één persoon.

• BETALINGEN:

- Wij raden aan om **cash-betalingen** zoveel mogelijk te **vermijden**.
- Online boekingsystemen (met eventuele voorafbetalingen), abonnementen (met eventuele voorafgaandelijke overschrijving) of ter plaatse digitale betalingen (bancontact automatisch, payconiq, ...) zijn methoden die de voorkeur hebben.

• HORECA:

- Alle **recreatieve ruimtes** dienen **gesloten** te blijven.
- **Horeca** activiteiten zijn nog steeds **niet toegelaten!**





De club/manege/lokatie

- **VERKEER IN ÉÉN RICHTING** (waar mogelijk)

- Probeer, waar mogelijk, (in de stallen, op weg naar en van de piste) **éénrichtingsverkeer** in te stellen.
- Probeer **in- en uitgang** van de piste te **scheiden**.

→ Dit is niet overal haalbaar maar een heel interessante denkpiste!

- **WIE IS WELKOM?**

- **COMMUNICEER DUIDELIJK WIE ER WELKOM IS IN DE WERKING VANAF 4 MEI.**

- **Optie 1:** Enkel klanten die met een paard gestald staan op de club.
- **Optie 2:** Ook klanten die recreatief komen rijden in de manegewerking of privélessen.
 - > We adviseren om geen lessen voor beginners op te starten aangezien deze te intensief zijn en vaak contact vragen (hulp bij het opstijgen,...).
- **Optie 3:** Eveneens klanten die met hun eigen paard komen trainen.
- Of uiteraard een **combinatie** van optie 1, 2 en/of 3.

- **ZORG DAT DE VERSCHILLENDE DOELGROEPEN GOED WETEN WIE WANNEER WELKOM IS.**

- In **geen** geval kunnen massa's mensen samen op de manege zijn.
- De regeling rond aanwezigheden zal de belangrijkste maar meteen ook de moeilijkste opdracht worden voor elke club.



Als club heb je een grote verantwoordelijkheid om deze opstart in goede banen te leiden. Bezint eer ge begint en communiceer duidelijk!



De ruiter

• HYGIËNE:

- **Was** vaak en grondig je **handen** en **desinfecteer** ze na het opzadelen, na het rijden, na het afzadelen, ...
- **Persoonlijke hygiëne** is meer dan ooit belangrijk!
- Gebruik **wegwerphanddoeken**.



• BEGELEIDING:

- Wanneer je gaat rijden, doe dat dan **steeds met dezelfde begeleider**. Minderjarigen komen met dezelfde ouder naar de club, meerderjarigen komen alleen of met één groom (en dan steeds dezelfde groom).
- Paardrijden is (nog steeds) **geen familie-uitstap!**
- Indien je als begeleider enkel in transport moet voorzien, blijf dan in je wagen wachten.
- Indien je les krijgt met het systeem van oortjes, zorg dan dat deze telkens goed ontsmet worden!



• MATERIAAL:

- Alle ruiters worden opgeroepen om **zo weinig mogelijk materiaal te delen** met anderen.
- In een ideale situatie heeft elke ruiter **eigen kuisgerief** en aanverwante.
- Indien materiaal gedeeld wordt, zorg dan voor ontsmetting of gebruik medische handschoenen om besmetting te vermijden.





De ruiter

- **HET RIJDEN ZELF:**

- Als je individueel rijdt, wees dan voorzichtig met de conditie-opbouw van je paard als die uit een rustperiode komt.
- Bij het **losrijden** en/of **uitstappen** houden we altijd **afstand** van elkaar!

- **KLEDIJ:**

- Omkleden gebeurt thuis.
- Douchemogelijkheden worden **nergens** voorzien.

- **VERBLIJF:**

- **Beperk de tijd die je spendeert op de manege of voor de training tot het strikt noodzakelijke. Zo maak je tijd vrij voor de volgende sporter en zo kan iedereen aan bod komen.**



We vragen aan alle sportbeoefenaars RESPECT voor de maatregelen die worden opgelegd door de clubs!



De lesgever/trainer

• HYGIENE:

- **Was** vaak en grondig je **handen** en **desinfecteer** ze na het opzadelen, na het rijden, na het afzadelen, ...
- **Persoonlijke hygiëne** is meer dan ooit belangrijk!
- Gebruik **wegwerphanddoeken!**

• BEGELEIDING:

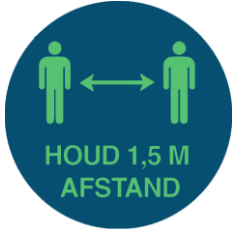
- Wanneer je gaat lesgeven, zorg dan altijd voor **voldoende afstand**. Vermijd persoonlijk contact, ook als je heel specifieke instructies wilt geven.
- Als je een systeem gebruikt met oortjes tijdens het lesgeven, zorg dan voor de nodige **ontsmetting** en hygiëne bij het overhandigen.

• BESCHERMING:

- Lesgevers die verschillende uren na elkaar lesgeven aan verschillende personen, dienen extra zorg te dragen voor bescherming.
- **Mondmaskers** of **gezichtsbescherming** en handschoenen zijn in dergelijke gevallen sterk aan te raden!

• BETALINGEN:

- Wij raden aan om **cash-betalingen** zoveel mogelijk te **vermijden**.
- Voorafbetalingen, abonnementen (met eventuele voorafgaandelijke overschrijving of digitale betalingen (bancontact automaat, payconiq,...)) zijn methoden die de voorkeur hebben.





Trainen, privéles of groepsles

• TRAINEN:

- Heb je een piste gehuurd en ga je trainen, **beperk dan de tijd** op de accommodatie tot het strikt noodzakelijke.
- **Social distancing** en **veiligheid** zijn altijd cruciaal.
- Parkeer ook met genoeg afstand van andere voertuigen om fysieke interactie te vermijden.
- Houd ook rekening met de specifieke richtlijnen van de locatie waar je bent!

• PRIVÉLES:

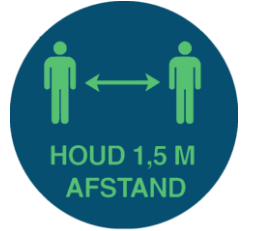
- Zelfs als je thuis privéles neemt, wees dan **voorzichtig** en respecteer hygiëne.
- Neem je les op een (gehuurd) locatie, Houd je dan aan de **specifieke richtlijnen** van de locatie waar je bent!

• GROEPSLESSEN/TEAMTRAINING:

- Laat genoeg **ruimte** tussen de lessen zodat er geen onderling contact is tussen de mensen die gereden hebben en diegenen die moeten rijden.
- Laat ruiters **handschoenen** dragen om overdracht van het virus via het materiaal te vermijden.
- Als club draag je een grote verantwoordelijkheid om dit veilig en verantwoord te doen.
- In een groepsles kan de groep **nooit groter** zijn dan **8 personen**.

• BESCHERMING:

- Tijdens groepslessen zijn **mondmaskers** een aanbeveling.
- Hygiënische **handschoenen** zijn een must.
- **Gezichtsbescherming** (zoals plexi maskers) zijn **voor ruiters verboden** omwille van de veiligheid.



En om niet te vergeten



**Veilig en verantwoord
Haalbaar en doenbaar**



Veiligheid

• ALGEMEEN:

- COVID-19 legt een enorme druk op onze ziekenhuizen. Laat ons **veiligheid absoluut voorop** stellen zodat we hospitalen niet nog zwaarder gaan belasten.

• VOORZICHTIGHEID:

- Veel **paarden** hebben een **langere rustperiode achter de rug** en hebben misschien zelfs extra energie opgedaan.
- **Bouw de conditie van de paarden verantwoord op!**
- De eerste keren voor het rijden met een paard kan een extra longeursessie helpen om conditie op te bouwen enerzijds en overtollige energie kwijt te spelen anderzijds.

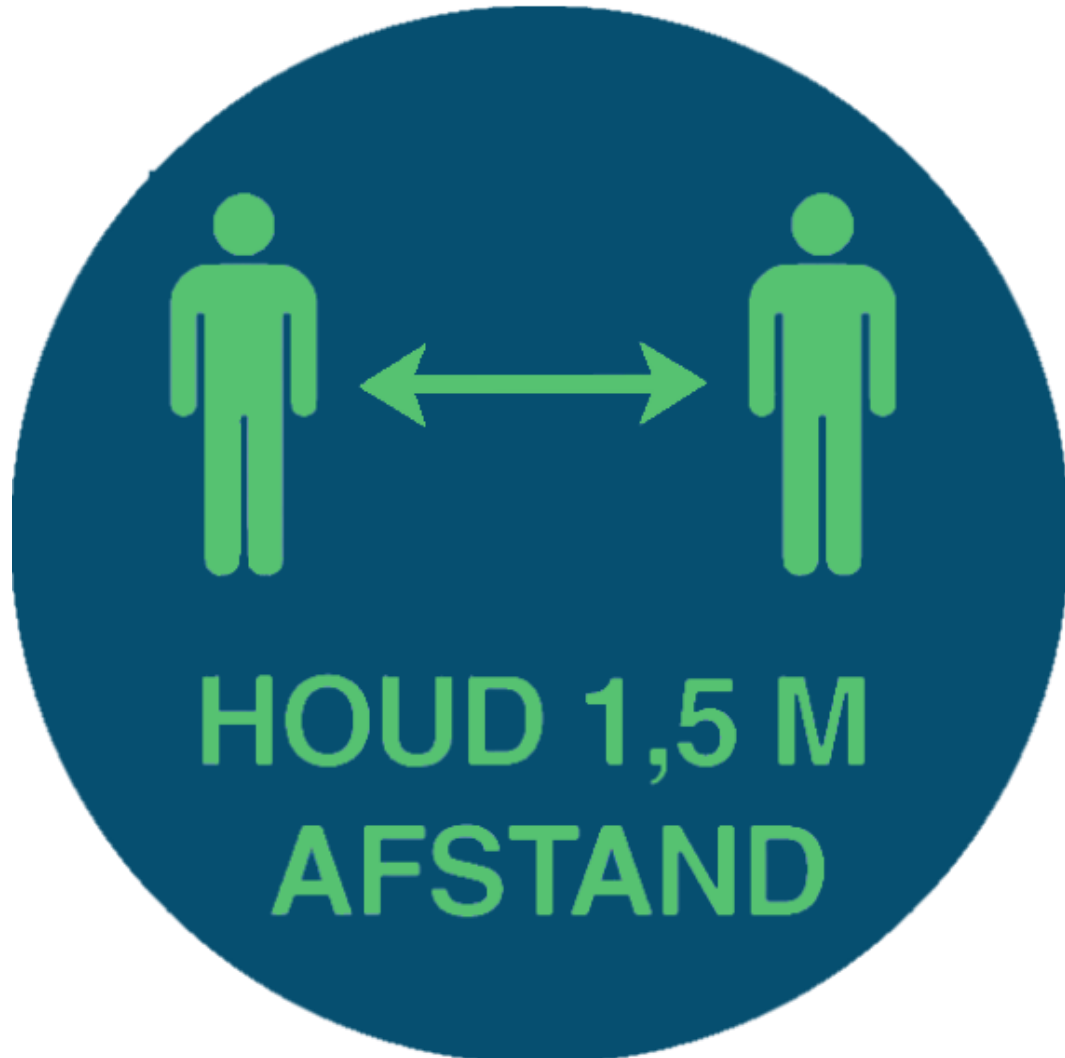
• DRAAG JE HELM:

- Meer dan ooit roepen we op om op een veilige manier paard te rijden. Draag dus altijd je **veiligheidshelm** en **aangepast schoeisel** bij het paardrijden. Dat is de basis van de veiligheid!





PAARDENSPORT
VLAANDEREN



#samentegen
CORONA



PICTOGRAMMEN

Social Distancing

Mondmasker of gezichtsbescherming

Hygiëne



PAARDENSPORT
VLAANDEREN



#samentegen
CORONA



PICTOGRAMMEN

Social Distancing

Mondmasker of gezichtsbescherming

Hygiëne



PAARDENSPORT
VLAANDEREN



#samentegen
CORONA



PICTOGRAMMEN

Social Distancing

Mondmasker of gezichtsbescherming

Hygiëne



PAARDENSPORT
VLAANDEREN



#samentegen
CORONA



PICTOGRAMMEN

Social Distancing

Mondmasker of gezichtsbescherming

Hygiëne



PAARDENSPORT
VLAANDEREN



#samentegen
CORONA



PICTOGRAMMEN

Social Distancing

Mondmasker of gezichtsbescherming

Hygiëne



PAARDENSPORT
VLAANDEREN



#samentegen
CORONA



PICTOGRAMMEN

Douchen verboden

Horeca verboden

Geen cash betalingen



PAARDENSPORT
VLAANDEREN



#samentegen
CORONA



PICTOGRAMMEN

Douchen verboden

Horeca verboden

Geen cash betalingen



PAARDENSPORT
VLAANDEREN



#samentegen
CORONA



PICTOGRAMMEN

Douchen verboden

Horeca verboden

Geen cash betalingen



PAARDENSPORT

VLAANDEREN

