

Spelregels voor banenzwemmen in het Marnix

Het Marnix werkt volgens de richtlijnen van [Het Protocol Verantwoord Zwemmen](#). Daarnaast zijn er een aantal afspraken die speciaal voor onze locatie gelden.

Reserveren

Voor het banenzwemmen dient u van te voren te reserveren. Banenzwemmers kunnen zich via [dit reserveringssysteem](#) aanmelden voor maximaal 1 bezoek per keer. Pas na uw bezoek is het weer mogelijk een nieuwe reservering te maken. Het is belangrijk dat u onderstaande richtlijnen leest voordat u komt banenzwemmen.

Abonnementen en betalingen.

De abonnementen zijn bevroren geweest gedurende de periode dat er geen banenzwemmen was. Het tegoed wat u toen had, heeft u nog steeds. Het abonnement zal weer geactiveerd worden zodra u deelneemt aan de eerste keer banenzwemmen. Voor de veiligheid van onze medewerkers kunt u het abonnement alleen **voor** het banenzwemmen begint verlengen. Let op; **u kunt alleen met pin betalen.**

De binnenkomst in het zwembad

- U kunt 15 minuten voor aanvang van het banenzwemmen het pand zelfstandig betreden. (maximaal 3 bezoekers tegelijk bij de receptieruimte) LET OP: Na aanvang van uw gereserveerde tijdsblok is het niet meer mogelijk om deel te nemen aan de activiteit, komt u alstublieft kort voor de gereserveerde tijd;
- Het is niet mogelijk om gebruik te maken van de lift;
- U betreedt het pand via het schuine stuk voor de draaideur bij de hoofdingang;
- U kunt zich omkleeden in de wisselcabines. Neem al uw eigendommen mee naar de zwemzaal. Het is niet mogelijk om spullen achter te laten in de wisselcabines;
- Wacht in de wisselcabine tot 5 minuten voor aanvang van het banenzwemmen;
- Het gebruik van een kluisje is niet mogelijk;
- Er kan geen gebruik worden gemaakt van de douches voor het zwemmen (vanwege de anderhalve meter regel);
- U loopt vanuit de douches van het wedstrijdbad richting de raamkant, hier kunt u uw tas neerzetten;
- Zolang u nog niet in het zwembad bent houdt u anderhalve meter afstand.

In en om het zwembad

- Er is een toezichthouder aanwezig voor het bewaken van de veiligheid;
- Tijdens het banenzwemmen is geen afstandsbeperking meer van kracht;
- De toezichthouders zijn het aanspreekpunt voor eventuele vragen;
- U kunt geen gebruik maken van de massage stralen.

Het verlaten van het zwembad

- Toezichthouders geven op tijd aan wanneer de 45 minuten zijn verlopen;
- Via een bel wordt u verzocht om het water direct te verlaten. Op dat moment is het niet meer mogelijk een baan uit te zwemmen;
- U heeft 5 minuten de tijd om uw spullen te pakken en de route te volgen naar de omkleedcabines;
- U kunt geen gebruik maken van de douches (vanwege de anderhalve meter regel);
- Via de gangzone (droge zijde) loopt u richting de glazen deur en volgt u de trap omhoog naar de tourniquets;
- De uitgang is bij de receptie via de draaideur;

Blijf thuis als u klachten heeft

Veiligheid en hygiëneregels voor iedereen (op basis van Richtlijnen RIVM):

- Blijf thuis als u de afgelopen 24 uur één van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in úw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;
- Blijf thuis als iemand in uw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
- Blijf thuis als u het coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een test) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
- Blijf thuis als u in thuisisolatie bent omdat u direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten uw huishouden (uitzondering voor kinderen en jongeren tot 18 jaar onderling en kinderen tot en met 12 jaar tot volwassenen);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Ga voordat u van huis vertrekt, thuis naar het toilet;
- Was voorafgaand aan en na het zwembadbezoek uw handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- Was de handen met water en zeep als uw handen mogelijk besmet zijn: na het aanraken van objecten waar veel mensen aanzitten (deurknoppen, pinapparaten, afstandsbediening, etc.); na een toiletbezoek; na hoesten, niezen in de handen; na het snuiten van de neus;
- Vermijd het aanraken van uw gezicht;
- Schud geen handen;
- Zingen en schreeuwen is niet toegestaan.

Welkom

Wij verheugen ons enorm op uw komst!