



# SPGIJ

## Protocol SPGIJ

Datum: 20-07-2020

### Ruiters

- Ruiters houden 1,5 meter afstand tot de instructeur en vrijwilligers!
  - Ruiters die hulp nodig hebben bij het opstappen krijgen die van de instructie.
  - Ruiters mogen niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de les aanwezig zijn
  - Het tijdstip van de les kan veranderen. Je krijgt hierover persoonlijk bericht.
  - Ga voor vertrek naar de manege thuis naar de wc.
  - Bij binnenkomst van de manege moeten de handen gedesinfecteert worden.
  - Ruiters zijn niet welkom in de stal, de paarden zullen buiten de stal klaarstaan.
  - Ruiters rijden zoveel mogelijk met eigen cap en handschoenen.
  - Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.

- Vermijd het aanraken van je gezicht, schudt geen handen.
  - Mocht er behoefte aan zijn, zijn er mondkapjes bij de manege aanwezig.
  - Ruiters mogen alleen bij de manege zijn tijdens hun eigen les.
  - Ruiters komen aangekleed voor de les naar de manege.
  - Volg in de manege de looproutes.
  - Na de les blijf je niet hangen.
  - Blijf thuis als je één van de volgende ( ook milde) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
  - Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer komen paardrijden.
  - Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus ( covid-19). Omdat je tot 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kan worden, moet je tot 10 dagen thuisblijven na het laatste contact.
  - Meld je af bij de manege: 038-3333439 of [b.meijer@spgij.nl](mailto:b.meijer@spgij.nl)
- 
- Er gelden strikte Hygiëneregels.