



Veiligheidsprotocol

AV Pijnenburg Soest

Versie 2023

Veiligheidsprotocol AV Pijnenburg

In dit protocol vind je de actuele veiligheidsregels zoals die gelden op de atletiekbaan en de openbare weg voor alle leden van de vereniging en andere gebruikers van de baan.

Dit protocol is vastgesteld door het bestuur van AV Pijnenburg op 25 september 2023 te Soest met goedkeuring van de TCR en JC.

INVLOED WEER.....	3
WEERSOMSTANDIGHEDEN	4
OP EN ROND DE BAAN.....	5
ALGEMEEN	6
BAANGEBRUIK	6
WERPEN	6
OPENBARE WEG EN BOS	7
ALGEMEEN	8
DE GROEP	8

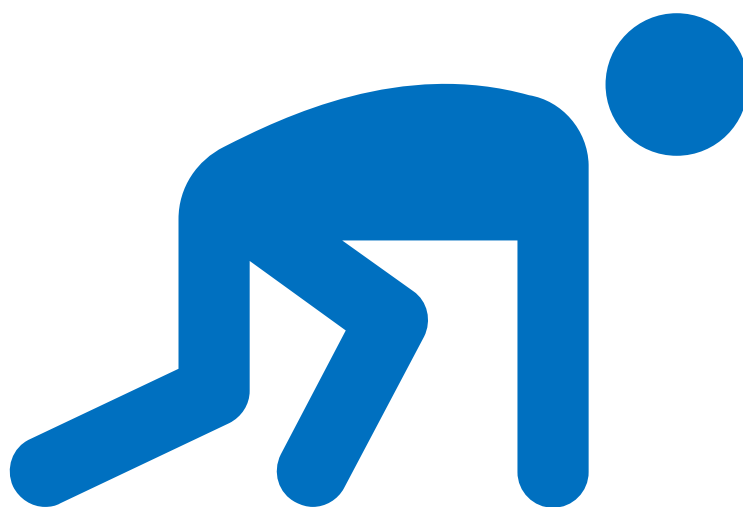


Invloed weer

Weersomstandigheden

Indien de weersgesteldheid twijfelachtig is overleggen de trainers voorafgaand aan de training wat er wordt gedaan. Als richtlijn geldt:

- **Voorzichtig** of **niet** bij gladheid
- **Niet** bij onweer
- De trainer beslist (in overleg met andere trainers en de TCR of JC). Als deze besluit de training niet te starten of af te breken geldt dat voor de hele groep.
 - ❖ De TCR/JC kunnen indien nodig in overleg treden met het bestuur
- Volg de richtlijnen en waarschuwingen van het KNMI (<https://www.knmi.nl/home>).



Op en rond de baan

Algemeen

De atletiekbaan wordt regelmatig door verschillende groepen van AV Pijnenburg gebruikt: baan- en wedstrijd atleten van jong en oud, maar ook door diverse recreantengroepen. Naast de leden van AV Pijnenburg wordt de baan ook gebruikt door triatleten van De Schieter, schaatsers van SV Eemland, fysiotherapeuten van Medisch Centrum Overhees en andere gebruikers aan wie de accommodatie wordt verhuurd.

Vooraf in de wintermaanden wordt er intensief gebruik gemaakt van de baan door veel verschillende en hele diverse groepen. Daarvoor is het nodig om regels op te stellen om zo iedereen de ruimte te geven om veilig te kunnen trainen. Belangrijk uitgangspunt is dat de atletiekbaan van **alle** atleten is, maar dat de atletieksport op het middenterrein de prioriteit krijgt. De rondbaan wordt gedeeld door alle groepen en hier gelden specifieke regels om zo iedereen te kunnen laten trainen.

Als op de accommodatie een incident plaatsvindt, wijzen de trainers op de baan een coördinator aan. Deze zorgt voor afhandeling van het incident op de baan. Laat hulpdiensten komen, stuurt atleten naar binnen etc. Vindt het incident in de kantine plaats dan coördineert het barhoofd de hulpverlening en afhandeling aldaar. Het incident wordt afgehandeld volgens het calamiteitenplan van de vereniging zoals dat bij de trainers en barhoofden bekend is.

Baangebruik

Voorafgaand aan de training zoeken alle trainers die gebruik gaan maken van de rondbaan elkaar op en maken met elkaar afspraken over het baangebruik van die avond.

Hierbij worden de volgende richtlijnen gehanteerd:

- Als jij op tempo loopt, mag je in baan 1 en 2.
- Zodra de rust in gaat dribbel je in baan 3 en 4.
- Ga je wandelen? Dan loop je in baan 5 en 6.
- Je loopt linksom op de baan.
- Ben je sneller dan degene voor je? Roep hard en duidelijk **'BAAN!'**
- Wordt er achter je **'BAAN!'** geroepen? Wijk dan rustig uit naar buiten.
- Loop waar mogelijk zoveel mogelijk achter elkaar.
- Stilstaan gebeurt enkel binnen of buiten de baan.
- Op de rechte stukken kunnen baan 3-6 gebruikt worden voor sprinttrainingen van de atletieksport. Overleg met elkaar hoe dit aangepakt wordt!
- Loopscholingsoefeningen kunnen op de rechte stukken of hoogspringsegmenten gedaan worden, houdt rekening met elkaar en overleg wat mogelijk is.
- Kijk bij het oversteken van de baan altijd of er niemand aankomt.

Werpen

Het middenterrein kan gebruikt worden voor diverse werponderdelen. Werponderdelen vergen altijd extra veiligheidsmaatregelen ter bescherming van zowel de gebruikers zelf als de 'overige' gebruikers:

- De werponderdelen vinden altijd uitsluitend plaats op de daarvoor bestemde plekken.
- Bij discuswerpen en kogelslingeren is het hijsen van het **veiligheidsnet verplicht**.
- De trainer plaatst bij alle werponderdelen, met uitzondering van kogelstoten, altijd minimaal 1 veiligheidsvlag (zie foto) en ruimt deze na afloop weer op.
- Zolang de vlaggen zijn geplaatst kan het middenterrein **niet overgestoken worden**.



Openbare weg en bos

Algemeen

Veel trainingen vinden in het bos/de duinen plaats. Veelal wordt daarbij op de openbare weg of fietspaden gelopen om op de trainingslocatie in het bos te komen. In het winterseizoen worden daarnaast veel van de avondtrainingen in zijn geheel op de openbare weg gehouden.

Als gedurende de training een incident plaatsvindt, coördineert de trainer de hulpverlening/afhandeling. Hij/zij is aanspreekpunt naar de hulpdiensten. Het incident wordt afgehandeld volgens het calamiteitenplan van de vereniging zoals dat bij de trainers en barhoofden bekend is.

De groep

- Voorafgaand aan de training telt de trainer het aantal lopers dat van start gaat.
- De trainer telt tijdens de training regelmatig dit aantal na.
- Een trainer draagt te allen tijde de trainerskleding om herkenbaar te zijn.
- Zorg dat je in het donker zichtbaar bent (veiligheidshesjes/-lampjes).
- Per 15-20 lopers is er minimaal 1 trainer aanwezig
- Lopers waarschuwen elkaar duidelijk bij gevaar: paal, kuil, fiets, auto etc.
 - ❖ In geval van een auto of fietser wijkt de hele groep in dezelfde richting uit.
- Wanneer een loper onderweg wil afhaken wordt dit gemeld bij de trainer.
 - ❖ Er gaat altijd een medeloper mee, niemand loopt alleen.
- Als de groep wordt aangesproken door politie of boa, dan spreekt de trainer namens de groep. De groep houdt zich afzijdig en volgt op wat de trainer afsprekt.

► **Jeugd:** een groep gaat met minimaal 2 trainers weg (4-ogen beleid): één op kop en één aan de staart. Indien er een 3^e trainer is neemt deze plaats in het midden. Verdeel de trainers bij het oversteken van een weg.

Positie op de openbare weg

- De trainer dient de weg te weten
 - In het donker mogen de bossen niet betreden worden
 - Oversteken van straten, rotondes en overgangen gebeurt uitsluitend collectief.
 - De trainer geeft het signaal tot het maken van een oversteek.
 - Houd bij het oversteken het verkeer in de gaten en blok waar nodig de weg af.
 - Lopers volgen de wet- en regelgeving uit de wegenverkeerswet.
 - Groepen van 6 of meer lopers, lopen altijd rechts. In het bos, op fietspaden en op wegen.
- De **wettelijke verkeersregels** geven aan dat voetgangers:
- op het trottoir of voetpad lopen;
 - het fietspad gebruiken indien trottoir of voetpad ontbreken;
 - in de berm of aan de uiterste zijde van de rijbaan lopen indien ook een fietspad ontbreekt;
 - in principe zelf mogen bepalen aan welke kant zij lopen.