



Afwegingskader binnensport

Afwegingskader heropenen sportscholen, fitnesscentra en andere binnensporten - 26 mei 2020

Inleiding

In de routekaart is het openen van sportscholen/fitnesscentra en binnensport voorzien per 1 september. Vanuit het ministerie van VWS en vanuit de brancheverenigingen wordt de vraag gesteld of er activiteiten of branches benoemd kunnen worden die mogelijk eerder versoepeld kunnen worden. Om na te gaan of dit verantwoord zou kunnen, zijn op basis van literatuuronderzoek uitgangspunten en overwegingen geformuleerd, die uitmonden in een afwegingskader voor verantwoord opengaan van sportscholen, fitnesscentra en andere binnensporten. Dit afwegingskader bouwt voort op het 'Afwegingskader heropening vanuit overheidsredenen gesloten bedrijven en instellingen' dat in het 67^e OMT is vastgesteld.

Dit afwegingskader geldt voor sportscholen, fitnesscentra en sportfaciliteiten voor zaalsporten, schaatsbanen en hippische centra. Het geldt niet voor denksporten, omdat bij deze sporten de lichamelijke activiteit van geheel andere orde is en het 1,5 m afstand houden - naast de andere coronamaatregelen - daarom voldoende is. Het [kader](#) geldt ook niet voor horecasporten.

Om tot adviezen te komen is literatuuronderzoek verricht m.b.t. de risico's van binnensporten in relatie tot COVID-19.

Naast specifieke COVID-19-maatregelen kan er ook sprake zijn van reeds bestaande, aanvullende en/of strengere maatregelen vanuit de kwaliteitsnormen of (arbeidsomstandigheden) wetgeving, bijvoorbeeld op het gebied van hygiëne en ventilatie; deze zijn leidend en onverminderd geldig.

Brancheverenigingen kunnen met deze maatregelen eigen protocollen uitwerken ter voorbereiding op openstelling. Binnen deze settings vindt veel menselijk verkeer plaats. Naast de veiligheid van sporters is het ook van belang de medewerkers¹ te beschermen tegen het (werk gebonden) risico op besmetting, doordat zij werken in een omgeving met vele en wisselende groepen. Bij het openen van bedrijven en instellingen gelden uiteraard nog steeds de RIVM-richtlijnen en de maatregelen van de Rijksoverheid. Ondernemers, bedrijven en sportverenigingen zijn zelf verantwoordelijk voor het toepassen van deze richtlijnen en maatregelen binnen hun bedrijf of vereniging en voor de medewerkers bij de uitoefening van de werkzaamheden.

In dit afwegingskader worden maatregelen gedefinieerd hoe sporters zo veilig mogelijk binnen kunnen sporten en waarbij de overdracht van SARS-CoV-2 kan worden beperkt: van sporter naar sporter, van sporter naar medewerker, tussen medewerkers onderling en van medewerker naar sporter.

¹ Met deze term worden alle soorten medewerkers bedoeld, zoals baliemedewerkers, (personal) trainers, coaches, instructeurs, schoonmakers, vrijwilligers en stagiaires.

De geformuleerde adviezen vormen het uitgangspunt om verantwoord te heropenen en de kans op verspreiding van het nieuwe coronavirus binnen deze settingen zo laag mogelijk te houden.

Literatuuronderzoek laat samengevat zien dat er vooralsnog geen goede risico-inschatting op de kans van verspreiding van SARS-CoV-2 door binnensport is te maken. Wel wordt aangenomen dat het risico van binnensporten groter is in vergelijking met buitensporten, ook wanneer men zich aan dezelfde mitigatiemaatregelen houdt. Het Zuid-Koreaanse cluster² en de aanwijzingen dat bij binnensport de 1,5 meter onderlinge afstand mogelijk onvoldoende is en er meer aerosolen gevormd worden dan wanneer er niet wordt gesport, maken dat extra voorwaarden nodig zijn om het risico op besmetting tot een aanvaardbaar niveau terug te brengen. De voorwaarden voor versoepeling worden hieronder uitgewerkt, waarbij een gezondheidscheck, afstand houden en hygiënemaatregelen de basis vormen voor risicobeheersing.

1. Gezondheidscheck

Een nauwkeurige gezondheidscheck (triage) vooraf, bij sporters én bij de medewerkers (bij aanvang van de dienst), het onderlinge afstand houden en een consequente opvolging van hygiënemaatregelen vormen de basis. Sporters ontvangen over deze maatregelen informatie bij reservering³ van een training/les.

De gezondheidscheck (triage) houdt in dat vóór het aangaan van de reservering en voorafgaand aan het sporten goed moet worden vastgesteld of de sporter gezond is, geen enkel begin van klachten heeft die passen bij COVID-19 of deel uitmaakt van een lopend contactonderzoek. Ook geldt dat niemand binnen het gezin/de thuissituatie koorts en/of benauwdheidsklachten heeft. Ditzelfde geldt ook voor de medewerkers voor aanvang van het werk. Beide partijen dragen hierin een grote eigen verantwoordelijkheid.

Voor personen met klachten geldt momenteel thuisisolatie ([Nederlandse aanpak en maatregelen tegen het coronavirus](#); [COVID-19 op RIVM.nl](#)).

Vragen voor de gezondheidscheck: wanneer één van onderstaande vragen met JA wordt beantwoord, mag de medewerker *niet* komen werken of mag de sporter *geen* gebruik maken van de dienstverlening. Het werk of de reservering moet worden uitgesteld totdat op elke vraag NEE geantwoord kan worden.

1. Heb je de afgelopen 24 uur of op dit moment één of meerdere van de volgende (milde) klachten: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts (vanaf 38 graden Celsius)?
2. Heb je op dit moment een huisgenoot/gezinslid met koorts en/of benauwdheidsklachten?
3. Heb je het nieuwe coronavirus gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en is dit in de afgelopen 7 dagen vastgesteld?
4. Heb je een huisgenoot/gezinslid met het nieuwe coronavirus (vastgesteld met een laboratoriumtest) en heb je korter dan 14 dagen geleden contact gehad met deze huisgenoot/gezinslid terwijl hij/zij nog klachten had?
5. Ben je in quarantaine omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?

Download [hier](#) een overzicht van de vragen.

- Instructies en triagevragen bij reservering, dus vooraf.
- Triagevragen worden bij aankomst/entree nog eens herhaald.

² Jang S, Han SH, Rhee J-Y. Coronavirus disease cluster associated with fitness dance classes, South Korea. Emerg Infect Dis. 2020 Aug [May 15, 2020]. <https://doi.org/10.3201/eid2608.200633> DOI: 10.3201/eid2608.200633 Original Publication

³ Voor individuele sporters is reservering verplicht; voor teamsporten niet, ervan uitgaand dat de vereniging weet wie deel uitmaakt van welk team en wanneer dat team waar en wanneer traint.

- Triage geldt ook voor medewerkers voor aanvang van de dienst.
- Zieke sporters of medewerkers moeten direct naar huis.
- Maximaal aantal sporters wordt aangehouden, zoals hieronder omschreven en binnen het [kader](#) van de Rijksoverheid.
- Instructies onderling afstand te houden tot andere personen (buiten het gezin/huishouden) binnen de voorziening herhaaldelijk visualiseren.
- Deurbeleid voeren, bijvoorbeeld deuren staan open/automatische deuren.
- Kassa-/balie-/receptie-contact minimaliseren.

Algemeen uitgangspunt: persoonlijke beschermingsmiddelen zijn niet aangewezen

Met bovenstaande aandachtspunten is het risico op individuele besmetting binnen de voorzieningen dermate laag dat met onderstaande organisatorische en beheersmaatregelen kan worden volstaan. Door goede triage (sporter én medewerkers) en het nemen van de verder beschreven maatregelen, is geen extra persoonlijke bescherming nodig, zoals een niet-medisch mondneusmasker of handschoenen. De keuze voor gebruik van niet-medische mondkapjes ligt echter bij de beheerder/eigenaar van de sportfaciliteit, medewerkers en sporter zelf.

2. Afstand houden tijdens sport/werk

Het algemene uitgangspunt is 1,5 meter afstand, maar omdat bij niet-individuele sporten niet iedereen zich op hetzelfde moment met dezelfde snelheid in dezelfde richting beweegt, is meer oppervlak per sporter nodig. Ook is (theoretisch) meer ruimte per persoon nodig vanwege de aerodynamische⁴ effecten van beweging indien onverhoopt en onbedoeld een besmette sporter a- of presymptomatisch zou sporten. Hoewel er momenteel onvoldoende bewijs is dat het virus, wanneer over langere afstand verspreid, dan daadwerkelijk infectieus is en tot besmettingen kan leiden⁵, is wel voldoende aannemelijk dat de druppelwolken bij sommige vormen van binnensporten grotere afstanden dan 1,5 meter kunnen afleggen en tot transmissie zouden kunnen leiden. Uit voorzorg wordt daarom geadviseerd om het normale aantal deelnemers aan een training/les te halveren. Aanvullend:

- Hoe kleiner en hoe vaster de samenstelling van de sportersgroep, hoe minder verspreiding bij een eventuele a- of presymptomatisch besmette sporter of medewerker en hoe eenvoudiger het contactonderzoek. Mede-sporters zijn immers volgens het huidige protocol [Bron- en Contactonderzoek COVID-19](#) overige (niet nauwe) contacten⁶. Het is daarom wenselijk om sporters zo veel mogelijk in dezelfde groepssamenstelling te laten sporten en tijdelijk de gegevens van de deelnemers vast te leggen, door middels de reserveringen bij te houden wie wanneer sportte.
- Beperk het aantal personen in een ruimte. Zorg dat sporters en medewerkers altijd minimaal 1,5 meter afstand kunnen houden tot mensen die niet tot hun gezin/huishouden behoren. De eigen verantwoordelijkheid van mensen is hier heel belangrijk.
- Spreid sporters door ruimere openingstijden en zorg voor een planning zodat er altijd zo min mogelijk contact tussen de groepen/lessen is.
- Trainen op maximaal matig-intensief inspanningsniveau is een optie. Onderlinge trainingwedstrijden ('potje') bij indoor contactsporten worden vooralsnog niet gespeeld.
- Toeschouwers worden vooralsnog niet toegelaten.
- Er wordt geen gebruik gemaakt van de kleedkamers en douches: de sporters kleden zich voor en na de training thuis om.

⁴ Aerodynamica is de wetenschap die de beweging van gassen beschrijft.

⁵ [De mogelijke rol van aerogene verspreiding van SARS-CoV-2 bij mens-tot-mens transmissie en de bijdrage van ventilatiesystemen](#), bijlage bij LCI-richtlijn COVID-19, 18 mei 2020

⁶ Overige (niet nauwe) contacten zijn personen die langdurig contact (**langer dan 15 minuten**) hadden met de patiënt op **meer dan 1,5 meter** afstand in dezelfde ruimte, bijvoorbeeld op kantoor, in de klas of tijdens vergaderingen.

- Plan een goede aanduiding/looproute etc. zodat zo weinig mogelijk contact tussen personen in ruimte en tijd ontstaat. Markeer looproutes en geef instructies voor éénrichtingsstroom binnen de (ruimtes in de) sportfaciliteit (in en uit).
- Laat sporters buiten wachten (met 'social distancing') en laat hen niet voor de gereserveerde tijd naar binnen.
- Beperk het aantal personen in de toiletruimtes, zodat sporters altijd 1,5 meter afstand kunnen houden. Laat sporters met 'social distancing' wachten.
- Bevestig een fysieke (kunststof)barrière, bijvoorbeeld bij balie/kassa/receptie, wanneer de 1,5 meter afstand niet haalbaar is.
- Geef geen toegang aan sporters in privéruimtes, keuken, omkleedruimtes personeel of kantoor.
- Bij het veilig inrichten van de werkplek en de sportruimte, kan een arbeidshygiënist, na onderzoek op locatie, de beheerder/eigenaar adviseren over eventuele passende technische en organisatorische maatregelen, zoals over de toepassing van schermen. De effectiviteit van schermen hangt samen met de omstandigheden ter plaatse en dit betreft maatwerk.

3. Hygiëne voor sporters en medewerkers

Het RIVM heeft [algemene hygiënerichtlijnen](#) voor openbare ruimtes. Onderstaand volgen de minimale eisen die vanuit het oogpunt van COVID-19 worden gesteld. Houd ook hier rekening met aanvullende maatregelen op hygiëne of schoonmaak vanuit eigen richtlijnen/kwaliteitseisen of (arbeidsomstandigheden) wetgeving van de branche/sector.

De rol van ventilatie- en airconditioningsystemen in de verspreiding van SARS-CoV-2 is nog niet opgehelderd. Het is belangrijk dat er continu goed wordt geventileerd (geen recirculatie) om de lucht te kunnen verversen⁷. Volg de geldende richtlijnen en onderhoudsinstructies voor het ventilatie- en/of airconditioningsysteem, waaronder het [Bouwbesluit](#) (zie ook de [toelichting](#) daarop).

SARS-CoV-2 kan naast directe transmissie via druppels ook indirect worden overgedragen via contact met besmette oppervlakken. Huishoudelijke reiniging (met water en zeep of reinigingsdoekjes) van de contactpunten van de gebruikte toestellen na individueel gebruik en van materialen bij groepsporten na de training is daarom belangrijk, evenals handen wassen voor en na het sporten. Door het kiezen van bepaalde oefeningen of trainingsopzetten dient het zo min mogelijk delen van toestellen en andere attributen bij binnen-teamsporten zoveel mogelijk gefaciliteerd te worden. Aanvullend:

- Bied sporters/medewerkers bij aankomst en vertrek de gelegenheid de handen te wassen of wanneer dit niet goed mogelijk is handdesinfectiemiddel te gebruiken.
- Zorg voor voldoende (hand)zeep voor de sporters en papieren handdoekjes in toiletten.
- Maak handcontactpunten zoals deurklinken, pinautomaten, touchscreens (waarmee sporters en personeel wel in aanraking komen) meerdere keren per dag schoon.
- Maak regelmatig de toiletten schoon; intensiveer de schoonmaak, minimaal meerdere keren per dag.
- Maak na iedere werkdag de gehele voorziening goed schoon volgens het reguliere schoonmaakprotocol.

Herhaal ook binnen de sportfaciliteit op meerdere plekken de algemene adviezen:

- Schud geen handen.
- Hoest/nies in de binnenkant van de elleboog.
- Gebruik papieren zakdoekjes om de neus te snuiten en gooi deze daarna weg.

⁷ [De mogelijke rol van aerogene verspreiding van SARS-CoV-2 bij mens-tot-mens transmissie en de bijdrage van ventilatiesystemen](#), bijlage bij LCI-richtlijn COVID-19, 18 mei 2020

Aanvullende aandachtspunten medewerkers:

- Zorg dat de medewerkers over eigen kantine/toiletten/omkleedruimtes etc. beschikken met goede mogelijkheden tot social distancing en hygiënemaatregelen.
- Als de medewerker klachten heeft die een risico kunnen vormen voor de bezoeker (zoals neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts) kan er niet worden gewerkt. Zie triagevragen hiervoor genoemd. Als de medewerker gedurende de werkdag klachten ontwikkelt, gaat de medewerker direct naar huis.
- Medewerkers kunnen bij klachten laagdrempelig worden getest via bedrijfsarts, GGD (via het landelijk nummer vanaf 1 juni) of huisarts. Het effect van de heropening wordt gemonitord door de medewerkers laagdrempelig te testen wanneer zij symptomen van COVID-19 (neusverkoudheid of hoesten of benauwdheid of koorts) vertonen. Dit testen zal verder via bedrijfsarts, GGD (via het landelijk nummer vanaf 1 juni) of huisarts verlopen.
- Train en begeleid medewerkers op de maatregelen en het toezien op afstand houden van sporters.
- De zorg voor vrijwilligers en stagiaires staat gelijk aan de zorg voor medewerkers.
- Jongeren (< 18 jaar) hebben recht op extra bescherming vanuit de arbeidsomstandighedenwet.
- Werk zoveel als mogelijk in vaste teams.
- Voor zwangere medewerkers wordt een passend advies opgesteld in overleg met de bedrijfsarts. Hiervoor kunnen de uitgangspunten worden gebruikt zoals beschreven door het RIVM (<https://lci.rivm.nl/zwangerschap-werk-en-covid-19>). De branchevereniging of koepelorganisatie kan op basis van dit document eigen beleid rondom zwangere medewerkers opstellen

Kwetsbare sporters en medewerkers:

- Kwetsbare sporters: personen [met een verhoogde kans op een ernstig beloop](#) moeten afwegen of zij willen sporten in een binnensportfaciliteit met andere sporters.
- De bescherming van de kwetsbare groep sporters verloopt grotendeels via de triage van andere sporters en medewerkers, 'social distancing' en schoonmaak- en hygiënemaatregelen.
- Door goede triage (sporters én medewerkers) en het nemen van de verder beschreven maatregelen, is geen extra persoonlijke bescherming zoals adembescherming of handschoenen nodig binnen deze sportfaciliteiten voor sporters en medewerkers.
- De branche maakt voor kwetsbare groepen, eventueel met een bedrijfsarts en/of arbeidshygiënist, beleid zodat deze omgeving voor sporters EN medewerkers zo veilig mogelijk is.
- Een medewerker die tot de medisch kwetsbare groepen behoort, moet een risicoafweging maken of: (a) het werken medisch verantwoord is vanuit het gezichtspunt van de eigen gezondheid; en (b) er extra aanpassingen kunnen worden gemaakt in de werkzaamheden. In overleg met de bedrijfsarts wordt een risico-inschatting gemaakt met de afweging of/en welke werkzaamheden kunnen worden uitgevoerd. Zo nodig krijgt de medewerker de mogelijkheid het werk nog niet te hervatten of andere werkzaamheden uit te voeren.