

# VANAF 9 MEI TERUG PRIVELESSEN



BESTE KLANT,

Er is beslist dat er terug privé paardrijlessen kunnen georganiseerd worden mits enkele maatregelen die moeten worden nageleefd.

De Ruitershoeve heeft beslist de lessen terug op te starten vanaf **zaterdag 09 mei**.

Alle afspraken die geboekt stonden, vervallen tot nader order. Iedereen dient dus een nieuwe afspraak te maken. Er zullen enkel lessen georganiseerd worden op **woensdag van 13h00 tot 18h00** en op **zaterdag van 09h00 tot 18h00**. Buitenritten gaan nog niet door.



## 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 basismotto (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.





## PLAATSELIJKE RICHTLIJNEN

- ENKEL RUITERS DIE ZELFSTANDIG OF MET HULP VAN DE BEGELEIDER, HET PAARD KUNNEN BEGELEIDEN EN OPSTAPPEN, ZIJN NU TOEGELATEN.
- ER WORDEN NOG GEEN LONGELESSEN GEGEVEN VOOR DE BEGINNERS
- ENKEL DE RUITER EN MAXIMAAL 1 BEGELEIDER ZIJN TOEGELATEN
- DE RUITER KOMT 10 MIN VOOR AANVANG VAN DE LES EN VERLAAT NA DE LES ONMIDDELLIJK HET TERREIN,
- BETALEN VAN DE LES DIENT TE GEBEUREN VOOR AANVANG VAN DE LES BIJ SOFIE.
- ER IS VOORAAN EEN AFGEBAKENDE VERZAMELPLAATS WAAR U DIENT TE WACHTEN OP DE LESGEVER. NIEMAND, BEHALVE PAARDEIGENAREN, LOOPT ROND OP DE MANEGE.
- ELKE RUITER KAN MAXIMAAL 30MIN LES KRIJGEN PER WEEK OM IEDEREEN DE KANS TE GEVEN.
- ER KAN LES GEGEVEN WORDEN AAN MAXIMAAL 2 PERSONEN IN DEZELFDE LES. 2 VRIENDINNEN DIE SAMEN WILLEN RIJDEN IS DUS MOGELIJK.
- ER KUNNEN IN DEZELFDE LES WEL MEER PERSONEN RIJDEN DIE ONDER HETZELFDE DAK WONEN
- PAARDEN WORDEN OP-EN AFGEZADELD DOOR DE LESGEVERS
- UW HEEFT UW EIGEN CAP (TOK) EN EVENTUEEL ZWEEPJIE. DEZE KUNNEN WE NU NIET UITLENEN
- TOEGANG TOT ZADELKAMER IS VERBODEN
- TOEGANG TOT TOILET IS MOGELIJK MAAR DRAAG GROTE ZORG VOOR HYGIENE
- ELKE RUITER DRAAGT HANDSCHOENEN
- DE BAR BLIJFT TOT NADER ORDER OOK GESLOTEN
- VERZORGEN VAN PAARDEN IS VOORLOPIG NIET TOEGELATEN



### En we houden uiteraard altijd rekening met de algemene richtlijnen:

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



# ENKELE RICHTLIJNEN VAN PAARDENSPORT VLAANDEREN



## 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! Zorg voor eigen ontsmettende handgel, wegwerphandschoenen en papieren zakdoekjes.
- Gebruik **wegwerphanddoeken**.
- Was (stoffen) rijhandschoenen na elk gebruik.

### • 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 een systeem met oortjes, gebruik dan bij voorkeur eigen oortjes of zorg er anders voor dat ze 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.
- Bij het gebruik van lederen zadel, hoofdstel... draag je medische handschoenen.





## 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.**



WIJ HOPEN OP EEN GOEDE OPVOLGING VAN DE MAATREGELEN EN ZULLEN DIT VERDER EVALUEREN. IEDER VAN ONS DIEN T Z'N STEENTJE BIJ TE DRAGEN EN HOPELIJK KUNNEN WE WEER SNEL OP DE NORMALE MANIER WERKEN. ECHTER, DIT ZAL ENKEL LUKKEN ALS IEDER ZICH STRIKT AAN DE NIEUWE REGELS HOUDT.

WE KIJKEN ER ALVAST NAAR UIT OM JULLIE TERUG TE MOGEN VERWELKOMEN