

Enkele aandachtspunten @KRCGent Atletiek vzw

Om het huidig seizoen goed af te sluiten en het nieuwe seizoen goed te starten richten we jullie aandacht op de volgende zaken binnen onze club.

Fluohesjes

Aan alle atleten die opwarmen buiten de piste (straat, park, omgeving,..) vragen wij steeds een fluohesje te dragen zodat er verhoogde zichtbaarheid is en dit zeker in de winter. Deze zijn steeds beschikbaar in het trainingshok onder de tribune. Mogen wij ook aan de trainers vragen om dit aan jullie atleten door te zeggen en er voor te zorgen dat ze dit ook uitvoeren. Bij de jeugd zijn het enkel de miniemen die op maandag buiten trainen en deze gebruiken dat reeds jaren. Waarvoor dikke duim omhoog!

Efficiënt watergebruik

Na de verbouwingen van onze kantine willen wij ook jullie aandacht vestigen op het ecologisch douchen binnen onze club. Hieronder enkele tips om op een efficiënte manier te douchen (i.s.m. Farys, tips die ook thuis kunnen gebruikt worden)

- Draai je de kraan dicht terwijl je je haar wast, dan verbruik je nog een pak minder.
- Controleer of de kraan goed dicht is na het douchen, wie als laatste de kleedkamer verlaat controleert nog eens of alle douchekranen goed dicht zijn en niet druipen.
- Lekkende kranen of andere mankementen ? Meldt het aan je trainer of bestuur !

Voor thuis :

- Installeer een spaardouchekop. Hij verbruikt de helft van een gewone douchekop en geeft toch voldoende water.
- Ruil je badritueel wat vaker in voor een kort douchemoment. Je bent even fris en verbruikt een derde minder water.
- Een douchewekker helpt je het douchen kort te houden.
- Laat het water niet lopen tijdens het tanden poetsen en gebruik een bekertje.
- Er bestaan kranen met sensoren, die enkel werken wanneer je je handen eronder houdt.
- Let bij de aankoop van een nieuw toilet op de aanwezigheid van een spaartoets. Is vervanging niet aan de orde? Je kan water besparen door onderin het reservoir een plastic fles te leggen gevuld met kiezelsteentjes of zand.

Succes !

Het bestuur & de jeugdcommissie van KRCGent Atletiek vzw