

# Protocol verantwoord sporten

Korfbalvereniging BMC

TRAINERS & COACHES

**LET OP:**

Bij diverse ingangen hangen posters met de richtlijnen.

Gelieve je zorgvuldig aan de regels te houden.

Wij zijn met zijn allen, spelers, ouders, vrijwilligers en bezoekers verantwoordelijk om een gezond en veilig sportklimaat te waarborgen.

**Bij binnenkomst altijd eerst de handen ontsmetten!**

## Algemeen

- Tijdens wedstrijddagen zijn kleedkamers en kantine geopend;
- Laat iedereen bij aankomst ALTIJD de handen ontsmetten;
- Kids en trainers moeten hun eigen bidon bij zich hebben;
- Ouders zijn welkom tijdens trainingen en wedstrijden langs de lijn.
- **Publiek blijft altijd buiten de boarding**, dus komt niet op het sportveld.
- Het is **voor ouders niet toegestaan te schreeuwen of roepen langs de kant**.
- Ouders mogen helpen in de kleedkamer maar moeten hierbij rekening houden met het maximaal aantal volwassenen dat is toegestaan in de ruimte.
- Maak tijdens de eerste training de regels duidelijk richting de spelers.
- **voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 jaar en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden**, waaronder in de kleedkamer en in de kantine;
- zorg ervoor dat je buiten de noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten **geen fysiek contact hebt zoals bij het vieren van een overwinnings-moment en tijdens een wissel**;
- Kom altijd via de korfbal ingang, het kleine poortje. En parkeer je fiets in de korfbalfietsenstalling;
- In de accommodatie is doormiddel van pictogrammen de looprichtingen, uitgangen etc. aangegeven. Volg hierbij altijd de aanwijzingen zoals looproutes en instructies.

## De trainingen

- De **kleedkamers blijven tot nader bericht gesloten tijdens trainingen** (thuis omkleden en douchen)
- Laat spelers niet eerder komen dan tien minuten voor aanvang van de training en laat ze direct na afloop vertrekken;
- Te gebruiken deuren blijven gedurende de training zoveel mogelijk open staan (zet eventueel een pin voor de deur).
- In kleedkamer 3 staat een zeppompje, papieren handdoekjes en reinigingsmaterialen. De WC in kleedkamer 3 kan dus gebruikt worden. Graag als trainer na iedere training de WC schoonmaken met toiletreinigingsdoekjes en toiletreiniger (spullen incl handschoentjes staan klaar). 1x per week zal de WC in het weekend grondig schoongemaakt worden.
- Laat de spelers voor en na de training de handen wassen/ desinfecteren op het sportveld conform de richtlijnen van het RIVM;
- Zorg dat je handen gedesinfecteerd zijn voordat je de spullen gaat opzetten;
- Trainers houden 1,5 meter afstand van de spelers en van elkaar;
- Het sportmateriaal wordt na iedere training gereinigd met desinfectiemiddel;

## Wedstrijden

- **voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 jaar en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden**, waaronder in de kleedkamers en in de kantine;
- zorg ervoor dat je buiten de noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten **geen fysiek contact hebt zoals bij het vieren van een overwinnings-moment en tijdens een wissel**;
- Bij aankomst desinfecteer je **ALTIJD** je handen.
- Teams krijgen zoals gebruikelijk per team een kleedlokaal toegewezen.
- Bij de seniorenteams mogen **maximaal 4 spelers in 1 kleedlokaal**, indien een seniorenteam uit meerdere spelers bestaat zal men zich in 2 shifts moeten omkleden.
- Er mogen **maximaal 2 seniorenspelers tegelijk douchen** om de 1,5 meter te kunnen waarborgen;
- **Draag een mondkapje wanneer personen 13 jaar en ouder zijn en buiten je huishouden in één vervoersmiddel** van of naar een sportactiviteit gaan en/of bij uitwedstrijden;
- Het sportmateriaal wordt na iedere wedstrijd gereinigd met desinfectiemiddel;

## Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- Heeft u klachten; blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen;
- Blijf thuis als je in contact bent geweest met iemand die positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts, en-of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen.
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand tot personen van 18 jaar of ouder, alleen uitzondering tijdens sporten en tot kinderen t/m 12 jaar;
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- Was vaak je handen met water en zeep juist ook voor en na bezoek sportlocatie;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen;
- Neem de gebruikelijke veiligheids- en hygiëneregels voor iedereen in acht;