

Afspraken VIOS B m.b.t. herstart trainingen senioren i.r.t. CORONA virus!

versie 13 mei 2020

Algemeen:

- altijd geldt het actuele sportprotocol van het NOCNSF / KNVB; <https://nocnsf.nl/sportprotocol>
- blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38°C);
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
- blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) tot minimaal zeven dagen na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het coronavirus is vastgesteld;
- spelers boven 70 jaar en uit risicogroepen dienen zelf hun risico te analyseren of zij zich op het sportpark in een groep kunnen begeven. Raadpleeg desnoods hiervoor je huisarts;
- het is toegestaan om onder begeleiding gebruik te maken van het sportpark voor hardloop- en bootcampactiviteiten;
- spelers, trainers en begeleiders hebben zelf de verantwoordelijkheid voor het naleven van de regels. Als men zich niet aan de regels van de Overheid, de KNVB of VIOS B houdt dan kan het bestuur de training stop zetten of één of meerdere personen verbieden verder deel te nemen aan de training;
- deze richtlijnen zijn dwingend en onderhevig aan voortschrijdende kennis en kunnen voortdurend aangepast worden.

Hygiëne:

- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- vermijd het aanraken van je gezicht;
- was voor en na de training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- douche thuis direct na afloop van de training;
- zorg dat je voor de training thuis naar het toilet bent geweest.

Sportpark:

- de kantine en de kleedkamers zijn gesloten. Voor noodgevallen is er een toilet en kleedkamer open. Maak nooit met meer dan 1 persoon gebruik van het toilet of de kleedkamer. Controleer na gebruik het toilet op hygiëne!
- er wordt getraind op de velden die zijn aangewezen door het bestuur van VIOS B. Indeling is bekend bij de trainer en hiervan wordt niet afgeweken;
- loop rechts van de tribune, op het pad tussen hoofdveld en tribune, het sportpark op en loop direct door naar het voor jou team aangewezen trainingsveld;
- er mag slechts één persoon tegelijk in het ballenhok aanwezig zijn. De deur blijft open. Maak na gebruik de ballenpomp schoon met het aanwezige ontsmettingsmateriaal;
- vertrek van het sportpark links van de tribune, over de weg tussen kantine en tribune, richting fiets of auto.

Spelers:

- spelers **moeten 1,5 meter afstand houden** tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere spelers;
- laat weten aan de trainer of je wel of niet aanwezig bent op de training;
- kom alleen als er voor jou een training gepland staat;
- kom zoveel mogelijk lopend of met de fiets naar het sportpark;
- kom in sportkleding en trek je voetbalschoen aan op het veld. Eventuele tassen liggen langs het veld;
- gebruik zoveel mogelijk eigen materialen. Het reinigen van een voetbal is niet nodig. Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de training reinigen met water en zeep of reinigingsdoekjes;
- hesjes worden niet onderling uitgewisseld. Indien gebruikt worden ze na iedere training gewassen door of op aanwijfs van de trainer;
- neem je eigen bidon of waterfles gevuld mee om uit te drinken;
- kom niet eerder dan tien minuten voor aanvang van de training naar het sportpark en wacht voor aanvang van de training op de aangewezen plek bij het voor jou bestemde trainingsveld;
- trainen is alleen toegestaan onder begeleiding van een trainer;
- volg altijd de aanwijzingen van de trainer(s) en / of bestuursleden op. Blijf bij je eigen trainingsgroep wanneer er meerdere trainingsgroepen actief zijn;
- verlaat direct na de training het sportpark.

Trainers:

- zijn bekend met de laatste versie van het coronaprotocol voor trainers van de KNVB, zie <https://www.knvb.nl/themas/coronavirus/protocollen/trainers>;
- zorgen ervoor dat de materialen klaar staan op het veld. Beperk zoveel mogelijk het gebruik van gezamenlijke trainingsmiddelen;
- hebben een voorbeeldfunctie en worden geacht toe te zien op het naleven van de regels door de spelers en spreken ze waar nodig aan op ongewenst gedrag.

Let goed op jezelf en op elkaar en blijf gezond!

Bestuur V.V. VIOS Beltrum