

# spelregels om weer veilig samen te sporten

## informatie voor sporters update 11 mei 2020



blijf thuis als je verkouden of griepig bent (of iemand in je huishouden). Volg altijd de richtlijnen van het RIVM



laat tijdig weten dat je deelneemt aan de sportactiviteit



kom enkel naar de locatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat



kom zoveel mogelijk lopend of met de fiets. Houd rekening met de richtlijnen verkeer & vervoer van de Rijksoverheid



max. 10 minuten voor aanvang aanwezig. Verlaat direct na de sportactiviteit de locatie



kom in je sportkleding, kleedkamers en douches zijn gesloten



volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie



vanaf 13 jaar houd je te allen tijde 1,5 meter afstand, ook tijdens het sporten



gebruik zoveel mogelijk je eigen materialen. Reinig gedeelde materialen direct na de trainingssessie



neem je eigen bidon gevuld mee



boven de 70 jaar of behoort je tot een risicogroep? Denk na of het verstandig is om naar een sportlocatie te komen



vanaf 19 jaar mag je zonder begeleiding buiten trainen. Hanteer de voorwaarden volgens de lokale noodverordening.

## sport bewust, houd je aan de spelregels, zo hebben we samen sportplezier

Meer informatie [nocnsf.nl/sportprotocol](https://nocnsf.nl/sportprotocol)

#wewinnenveelmetsport



# spelregels om weer veilig samen te sporten

## informatie voor ouders en verzorgers update 11 mei 2020



houd je kind thuis als hij of zij of een gezinlid verkouden of griepig is. Volg altijd de richtlijnen van het RIVM



indien ondersteuning echt noodzakelijk is bij de activiteit, is één ouder/verzorger toegestaan



meld je kind tijdig aan voor de activiteit



volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie



je kind is alleen welkom wanneer er een activiteit voor jouw kind gepland staat



haal direct na de activiteit je kind op. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is



kom zoveel mogelijk lopend of met de fiets. Houd rekening met de richtlijnen verkeer & vervoer van de Rijksoverheids



stem de contactgegevens (zoals 06-nummer) af



informeer je kind over de algemene veiligheids- en hygiëneregels



als ouder/verzorger/begeleider heb je geen toegang tot de sportlocatie en mag je niet als toeschouwer aanwezig zijn



kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit op locatie

**sport bewust, houd je aan de spelregels, zo hebben we samen sportplezier**

Meer informatie [nocnsf.nl/sportprotocol](https://nocnsf.nl/sportprotocol)

**#wewinnenveelmetsport**

# spelregels om weer veilig samen te sporten

## informatie voor bestuurders, accommodatiebeheerders en sportaanbieders

update 11 mei 2020

### organiseren



stel een corona-coördinator aan als aanspreekpunt voor de gemeente



instrueer trainers over verantwoord sporten en het aanspreken op ongewenst gedrag



stem de sportactiviteiten bij jou als aanbieder af met de gemeente



zorg dat er altijd een coronaverantwoordelijke herkenbaar aanwezig is



stem de regels/protocol af met (mede) gebruikers van de accommodatie



geen buitenaccommodatie? Maak afspraken met de beheerder van een accommodatie



vanaf 19 jaar mag er zonder begeleiding in groepsverband worden getraind



Hanteer een vast bezettingsschema

### accommodatie



houd de kantine, kleedkamers en andere ruimtes gesloten



zorg voor een duidelijke routing zodat personen elkaar zo min mogelijk passeren



maak de (hygiëne) regels zichtbaar op de gehele accommodatie, communiceer ze



houd handenwasgelegenheid en toiletten open en maak deze regelmatig schoon



zorg voor een duidelijke aanrijdroute voor auto's en fietsen



tot nader orde blijven clubhuizen/sportkantines/verenigingshoreca gesloten

### materialen



zorg dat EHBO-materialen en een AED beschikbaar zijn



zorg dat de sportmaterialen op het sportveld beschikbaar zijn



zorg waar nodig voor beschermings-, hygiëne- en schoonmaakmiddelen

sport bewust, houd je aan de spelregels, zo hebben we samen sportplezier

Meer informatie [nocnsf.nl/sportprotocol](https://nocnsf.nl/sportprotocol)

#wewinnenveelmetsport

# spelregels om weer veilig samen te sporten

## informatie voor trainers, begeleiders en vrijwilligers update 11 mei 2020



blijf thuis als jij verkouden of griepig bent (of iemand in je huishouden). Volg altijd de richtlijnen van het RIVM



inventariseer vooraf wie er aanwezig zijn bij de training/activiteit



zorg dat je de hygiëne- en gedragsregels kent en maak deze vooraf aan de sporters duidelijk



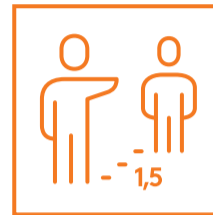
laat iedereen zoveel mogelijk hun eigen materialen gebruiken. Reinig gedeelde materialen direct na gebruik



bereid je training goed voor. Zorg dat de training klaar staat en train binnen afgebakende ruimtes. Train zoveel mogelijk met vaste groepen en wijzig deze zo min mogelijk



laat sporters pas 10 minuten voor de starttijd van de training toe en laat ze gefaseerd het veld betreden/verlaten



zorg dat bij de groep 13 t/m 18 en 19+ anderhalve meter afstand kan worden gehouden



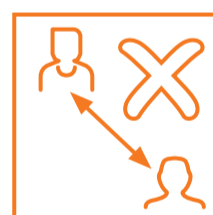
sporters dienen na afloop direct de accommodatie te verlaten



was/desinfecteer je handen en maak materiaal schoon na iedere training



zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de training, tenzij dat in specifieke gevallen noodzakelijk is



bij vermenging van diverse leeftijdsgroepen gelden de regels die voor categorie 13 jaar en ouder gelden



boven de 70 jaar of behorende tot een risicogroep? Denk na of het verstandig is om naar een sportlocatie te komen

## sport bewust, houd je aan de spelregels, zo hebben we samen sportplezier

Meer informatie [nocnsf.nl/sportprotocol](https://nocnsf.nl/sportprotocol)

#wewinnenveelmetsport

