

## Opzet trainingen & Competitie Domstad Dodgers Covid19; voor spelers, (hulp)ouders en coaches

Per 1 juli is er een volgende stap vooruit gezet in de corona-aanpak. De Rijksoverheid heeft aangegeven dat we van een 'intelligente lockdown' naar 'ruimte met regels' gaan, met algemene regels voor binnen en buiten. Die blijven nodig, want het coronavirus is zeker niet verdwenen.

De volgende basisregels zijn nog steeds van kracht:

- heeft u klachten: blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen;
- houd 1,5 meter afstand van anderen (jeugd < 18 jaar hoeft dat onderling niet);
- was vaak uw handen;
- vermijd drukke plekken.

Algemene richtlijnen:

- Trainingen en/of competitie zijn niet verplicht. Als je niet wilt, of het door andere omstandigheden niet kunt, is dit uiteraard geen probleem
- Handen wassen voor en na (bezoek aan) training/wedstrijd (thuis)
- Kantine, kleedkamers en toiletten zijn open, met inachtneming van de basis regels
- Voor de kantine en toiletten zijn aanvullende [afspraken/richtlijnen/regels] opgesteld, die zijn terug te vinden in de kantine. Start altijd eerder met je 1<sup>e</sup> kantinedienst zodat je ze vooraf door kunt nemen
- het thuisspelende team is verantwoordelijk voor de schoonmaak van de kleedkamers en douches die zijn gebruikt door zowel het eigen team als door de bezoekers. In overleg met de bezoekers kan besloten worden om geen gebruik te maken van kleedkamer en/of douches
- Voorafgaand aan een wedstrijd of training verzamelen spelers van 18 jaar en ouder zich buiten het veld langs het hek op minimaal 1,5 meter van elkaar (zie blauwe markering op plattegrond)
- Het veld (& de dug-out) worden pas betreden nadat de vorige groep het veld heeft verlaten
- Toeschouwers zijn weer welkom, zowel bij trainingen als bij (oefen-)wedstrijden. Uitgangspunt daarbij is dat er altijd minder dan 250 personen aanwezig zijn. Bij de beide ingangen & rondom de kantine wordt gevraagd om elkaar zoveel mogelijk (1.5 meter) de ruimte te geven
- Het thuisspelende team regelt stoelen voor de bezoekers en zorgt ervoor dat die op een dusdanige manier worden neergezet dat er 1.5 meter ruimte wordt gehouden

Specifieke richtlijnen voor sporters:

- Gebruik (indien mogelijk) alleen je eigen materiaal zoals handschoen, knuppel, catcher-uitrusting, helm, handdoek om materiaal te drogen, et cetera
- Zorg dat je eigen materiaal van een duidelijk merkteken is voorzien
- Catchers uitrustingen van de club mogen niet worden gebruikt behalve wanneer de uitrusting puur en alleen voor één speler is (die deze de rest van het seizoen gebruikt)
- Bij gebruik tijdens een training/wedstrijd van materiaal van de vereniging: Zorg er dan voor dat je tijdens die training/wedstrijd als enige dat materiaal gebruikt. Of desinfecteer het materiaal bij elk roulatiemoment
- Direct na afloop van de training/wedstrijd maak je het door jou gebruikte materiaal schoon door het te desinfecteren
- Sla zo veel mogelijk met slaghandschoenen
- Pak bij inningwissels zelf je eigen materialen. Het is bijvoorbeeld niet toegestaan dat een collega-sporter alvast je handschoen/pet mee het veld opneemt
- Vermijd 'social talks' in het veld (bijvoorbeeld bij het honk tussen een honkloper en honkman)
- Gebruik geen kauwgom, tabaksproducten of zonnepitten om 'spugen' te voorkomen

**Er zal toezicht worden gehouden en worden gehandhaafd door de gemeente. Boetes die ontstaan door het niet naleven van de richtlijnen zijn te allen tijde voor het individu. Domstad Dodgers is hiervoor niet aansprakelijk.**

**BLIJF THUIS BIJ NEUSVERKOUDEHEID, HOESTEN, BENAUWDHEID OF KOORTS (OOK BIJ MILDE SYMPTOMEN EN OOK WANNEER IEMAND BIJ JOU THUIS DAT HEEFT)!**

**VOOR ALLES GELDT: GEBRUIK JE GEZOND VERSTAND.**

## PLATTEGROND VELDINDELING EN INGANG TERREIN



I = Ingang Admiraal Helfrichlaan

S = Softbalveld

H = Honkbalveld

T = Trainingsveldje



## Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

### **Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren.**

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen;
- 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 m afstand met personen van 18 jaar of ouder (uitzondering tijdens het sporten);
- vermijd drukte;
- was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie;
- schud geen handen

# spelregels op onze sportaccommodatie

update 1 juli 2020



heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen



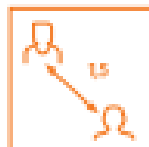
was vaak je handen, juist ook voor en na het bezoek aan de sportaccommodatie



houd vanaf 18 jaar 1,5 meter afstand (uitzondering tijdens het sporten)



geforceerd stemgebruik langs de lijn niet toegestaan



Houd voor en na het sporten en tijdens rustmomenten 1,5 meter afstand



let op, maximum aantal toeschouwers



vermijd drukte



volg altijd aanwijzingen zoals looproutes en instructies van de organisatie



vermijd bij het sporten fysiek contact dat niet noodzakelijk is, zoals het vieren van een overwinningsmoment of bij een wissel



gebruik zoveel mogelijk je eigen materialen

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

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

#wewinnenveelmetsport

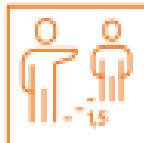


# spelregels sportkantine/clubhuis

update 1 juli 2020



geen toegang bij  
verkoudheidsklachten of  
griepsverschijnselen



houd vanaf 18 jaar 1,5 meter afstand



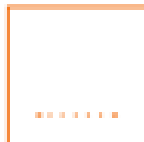
handen wassen bij binnenkomst en  
na toiletbezoek



betaal als het kan contactloos met  
je betaalpas



respecteer en volg de aanwijzingen  
van het personeel



maximaal aantal personen

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

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

#wewinnenveelmetsport



## Voor sporters

### We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodwet is aangepast en van kracht is;
- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen; Als je positief getest bent en/of als je een huisgenoot of een nauw contact bent van een bewezen COVID-19-patiënt blijf dan ook thuis. Neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels in acht;
- sporters dienen zelf hun (gezondheids)risico te analyseren of zij zich op buiten en/of in de sportlocatie in groepen met anderen kunnen begeven;
- tijdens het sporten dient waar mogelijk 1,5 meter afstand te worden gehouden, maar als dat een normale sportbeoefening in de weg staat mag de 1,5 meter afstand tijdelijk losgelaten worden;
- houd er als sporters rekening mee dat wanneer de wedstrijd/training klaar is, de sporter meetelt als publiek en 1,5 meter afstand dan moet aanhouden: tenzij je direct de locatie verlaat;
- 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 kantines;
- 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;
- draag een mondkapje wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden;
- alle kleedkamers en douches van binnensport locaties kunnen per 1 juli opengesteld worden. Voor 18 jaar en ouder geldt hierbij de 1,5 meter afstand;
- volg altijd de aanwijzingen zoals looproutes en instructies van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, buurtsportcoaches en bestuursleden;
- blijf zoveel mogelijk bij je trainingsgroep indien er meerdere trainingsgroepen op de sportlocatie actief zijn;
- gebruik zoveel mogelijk eigen materialen. Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen met water en zeep of reinigingsdoekjes;
- geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan

## Voor ouders/verzorgers en toeschouwers

### We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodwet is aangepast en van kracht is;
- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen; Neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels in acht;
- informeer je kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiding opvolgen;
- houd bij 18 jaar en ouder 1,5 meter afstand op en in de sportlocatie, de tribune, in de kantine etc;
- voor binnen gelden maximum aantallen van 100 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, wel placeren (tenzij er sprake is van doorstroming van de toeschouwers);
- indien je op piekmomenten meer dan 100 toeschouwers verwacht registreer, doe de gezondheidscheck en placeer de hele dag vanaf het moment van de opening van de accommodatie. Voor placeren geldt dat óf een vaste stoel wordt toegewezen óf een plek in de afgebakende vakken voor staanplaatsen;
- voor buiten gelden maximum aantallen van 250 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, zonder placering;
- indien je op piekmomenten meer dan 250 toeschouwers verwacht registreer, doe de gezondheidscheck en placeer de hele dag vanaf het moment van de opening van de accommodatie. Voor placeren geldt dat óf een vaste stoel wordt toegewezen óf een plek in de afgebakende vakken voor staanplaatsen;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, begeleiders en bestuursleden;
- voor aanvang van de sportactiviteit kan er voor een gezondheidscheck een aantal vragen over uw kind worden gesteld, zie hier een overzicht van de vragen;
- geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan;
- draag een mondkapje vanaf 18 jaar en ouder wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden.

## Voor trainers, begeleiders en vrijwilligers

### We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen in acht;
- trainers, begeleiders en vrijwilligers dienen zelf hun risico te analyseren of zij zich op buiten en/ of in de sportlocatie in groepen met anderen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts, de bedrijfsarts of je behandelend arts;
- vermijd als trainer/begeleider en vrijwilliger geforceerd stemgebruik zoals schreeuwen;
- wijs sporters op het belang van handen wassen en schud geen handen en geef geen highfives;
- tijdens het sporten dient waar mogelijk 1,5 meter afstand te worden gehouden, maar als dat een normale sportbeoefening in de weg staat mag de 1,5 meter afstand tijdelijk losgelaten worden;
- voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamers en in de kantines;
- houd 1,5 meter afstand met sporters van 13 jaar en ouder tenzij noodzakelijk voor (veilige) beoefening/begeleiding van de sport;
- trainers hoeven geen 1,5 meter afstand te houden tot sporters tot en met 12 jaar;
- zorg ervoor dat sporters buiten de normale en noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebben zoals tijdens het vieren van een overwinningsmomenten of tijdens een wissel;
- voor alle sporten geldt dat het aantal sporters en begeleiders per sportactiviteit niet groter is dan noodzakelijk voor de sportactiviteit (training, oefenwedstrijd, wedstrijd);
- daarnaast wordt geadviseerd om de samenstelling zo vast mogelijk te houden. Train zo veel mogelijk in vaste groepen of met je vaste trainingspartner;
- help de sporters om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;



- laat sporters gefaseerd het sportveld betreden en verlaten;
- laat sporters van 18 jaar en ouder sporters tijdens inlopen en warming-ups de 1,5 meter afstand houden;
- zorg voor 1,5 meter afstand tussen de trainers/begeleiders/vrijwilligers en wisselers onderling, ook in de dug-out.