



Protocol trainen volgens coronarichtlijnen RIVM (versie 05-11-2020) [wijzigingen/aanvullingen in rood](#)

VIOS volgt het algemeen protocol verantwoord sporten van het [KNKV](#) en [NOC*NSF](#). Er zijn enkele kleine afwijkingen t.o.v. dit protocol. Zo is gezamenlijk douchen na het sporten volgens de landelijke richtlijnen wel toegestaan, maar kiest VIOS voor verplicht thuis douchen na trainingen en wedstrijden. Kleedkamers zijn wel beschikbaar, maar de douches zijn gesloten. We vragen iedereen meteen naar huis te gaan na de eigen training/wedstrijd.

AANGESCHERPTE REGELS (woe 4 nov 22.00 u tot en met woe 18 nov 22.00u)

Voor teams in de senioren geldt (veld & zaal):

- Er mag in **groepen van 2 personen** gesport worden. Deze tweetallen moeten onderling en ten opzichte van andere tweetallen anderhalve meter afstand houden. Het maximaal aantal personen dat tegelijk mag trainen is afhankelijk van de grootte van de sporthal. Er moet altijd aan de afstandsvoorwaarden worden voldaan;
- De tweetallen mogen gedurende de trainingen niet wisselen;
- De tweetallen moeten duidelijk herkenbaar zijn, bijvoorbeeld door middel van hesjes;
- Er mogen maximaal 30 personen tegelijkertijd in een sporthal zijn;
- Elke sporter en trainer houdt – ook tijdens de training – anderhalve meter afstand ten opzichte van elke medesporter;
- Onderlinge wedstrijdjes en partijvormen zijn niet toegestaan;
- Op één korfbalveld zijn maximaal vier trainers aanwezig;

VERVOER

- Zit je met teamgenoten in de auto uit een ander huishouden? Dan mogen er **maximaal 2 personen van 13 jaar en ouder** in de auto zitten. Dit maximum geldt niet als je met gezinsleden uit je eigen huishouden in de auto zit.
- Voor het vervoer met de auto geldt: C, B, A en senioren teams en ouders dragen een mondkapje, tenzij je met gezinsleden in de auto zit.
- Kinderen tot en met 12 jaar hoeven geen mondkapje te dragen.
- Ouders die rijden of hun kind brengen vragen we om buiten of in de auto te blijven.

ZAALACCOMMODATIES

- De kleedlokalen en kantines van de sportzalen zijn dicht.
- Kom omgekleed naar de training (zaal schoenen mag je niet buiten dragen, doe deze in de zaal aan).

ALGEMEEN

- **Houd op het hele sportpark 1,5 m afstand tot iedereen ouder dan 12 jaar (tenzij uit zelfde huishouden). Uitgezonderd tijdens de training/wedstrijd.**
- Bij aankomst en vertrek graag je handen ontsmetten bij het hygiënepunt.
- VERPLICHT voor alle sporters en begeleiders: Doe de **gezondheidscheck**:
Scan **altijd** bij aankomst de QR code (op het kantineraam of de poort van het veld) zodat de GGD kan zien wie wanneer gebruik heeft gemaakt van het sportpark. Je gegevens hoef je maar eenmalig in te vullen, de volgende keren hoef je alleen maar te scannen en de vragen te beantwoorden.
- Volg de instructies van de **corona coördinator** (herkenbaar aan hesje).
- Blijf thuis bij klachten en laat je testen! **Informeer je trainer**.
 - Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: verkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (koorts vanaf 38°C).
 - Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts heeft (38°C graden) en/of benauwdheidsklachten.
 - Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op corona.
- Was vaak je handen en volg de hygiëneregels.
- Trainers, bestuursleden of technische commissie mogen kinderen/volwassenen die klachten hebben of zich niet aan de richtlijnen houden wegsturen.
- Traktaties zijn niet toegestaan, feliciteren doen we op afstand.
- Spreek elkaar vriendelijk aan als de richtlijnen niet gevolgd worden.
- Bij twijfel gebruik je gezond verstand. Als er vragen zijn, kun je mailen met bestuur@vios-ottersum.nl

TRAININGEN

- Tijdens de training heeft de aanwezige trainer de rol van corona coördinator (of de aanwezige volwassene bij trainingen van E/F teams).
- Bij aankomst en vertrek graag je handen ontsmetten bij het hygiënepunt.
- Boven de 12 jaar doe de gezondheidscheck: Scan **altijd** bij aankomst de QR code (op het kantineraam of de poort van het veld) zodat de GGD kan zien wie wanneer gebruik heeft gemaakt van het sportpark. Je gegevens hoef je maar eenmalig in te vullen, de volgende keren hoef je alleen te scannen en de vragen te beantwoorden.
- Kom omgekleed in sportkleding naar het veld.
- Bewaar jassen, tassen in de kleedkamer en eventuele waardevolle spullen in de dug-out, niet in de kantine.
- De kantine is alleen toegankelijk voor de trainers, bijvoorbeeld om de veldverlichting aan te maken.
- Ga thuis naar het toilet en was thuis je handen voor én na de training.
- Toiletten in kleedkamers zijn wel toegankelijk, maar gebruik deze zo min mogelijk.
- Elke sporter neemt een eigen drinkfles mee, zet je naam op drinkfles.
- Maximaal 10 minuten voor start training aanwezig.
- Ga direct na je eigen training naar huis. Het is niet toegestaan te blijven kijken bij andere trainingen.
- Douches en kantine zijn dicht voor, tijdens en na trainingen. De EHBO koffer is bereikbaar.

- Ook kinderen die niet lid zijn van VIOS zijn welkom om mee te trainen, maar zij moeten wel vooraf een mail sturen naar leden@vios-ottersum.nl.
- Spelers die uitkomen in de A-jeugd en 18 jaar of ouder zijn, mogen meetrainen mits deze groep in ruime minderheid vertegenwoordigd is.

Voor teams in de senioren geldt (veld & zaal):

- Er mag in groepen van 4 personen gesport worden. Deze viertallen moeten onderling en ten opzichte van andere groepen anderhalve meter afstand houden. Het maximaal aantal personen dat tegelijk mag trainen is afhankelijk van de grootte van de sporthal. Er moet altijd aan de afstandsvoorwaarden worden voldaan;
- De viertallen mogen gedurende de trainingen niet wisselen;
- De viertallen moeten duidelijk herkenbaar zijn, bijvoorbeeld door middel van hesjes;
- Er mogen maximaal 30 personen tegelijkertijd in een sporthal zijn;
- Elke sporter en trainer houdt – ook tijdens de training – anderhalve meter afstand ten opzichte van elke medesporter;
- Onderlinge wedstrijdjes en partijvormen zijn niet toegestaan;
- Op één korfbalveld zijn maximaal vier trainers aanwezig;

WEDSTRIJDEN (aanvulling op bovenstaande richtlijnen voor trainingen)

- Op dit moment zijn er geen wedstrijden, de verwachting is dat er op z'n vroegst in januari weer competitiewedstrijden worden gespeeld.
- Onderlinge wedstrijdjes bij de jeugd zijn wel toegestaan.
- We geven de tegenstander en scheidsrechter geen hand, maar groeten op afstand.
- We vieren doelpunten niet met lichamelijk contact.
- Geforceerd stemgebruik langs het veld, zoals schreeuwen, is niet toegestaan.
- Kleedkamers zijn gesloten, toiletten zijn beschikbaar, maak hier zo min mogelijk gebruik van.
- Douches zijn gesloten, ga na de wedstrijd meteen naar huis.
- Voorkom dat je met meer dan 1 team tegelijk in de kleedkamer bent.
- Zet tijdens en na het gebruik van de kleedkamers de ramen en deuren open voor een optimale ventilatie.
- Ontsmet voor en na gebruik van de kleedkamer bij VIOS de deurklinken.
- De corona coördinator ontvangt spelers, scheidsrechter en begeleiders en zorgt voor thee/koffie en ranja.

- Volg bij **uitwedstrijden** de instructies op van het sportpark en de vereniging die je bezoekt.
- Ga ook bij uitwedstrijden meteen na de wedstrijd naar huis, niet douchen op het sportpark.
- Bij het rijden naar uitwedstrijden met kinderen uit een ander gezin is het landelijk advies om een mondkapje te dragen (behalve kinderen t/m 12 jaar). Dit is niet verplicht en wordt overgelaten aan de keuze van de ouder/chauffeur.

- Bij uitwedstrijden van jeugdteams vallen de benodigde chauffeurs onder teambegeleiding. Zij vallen dus niet onder de regel voor toeschouwers en mogen blijven kijken naar de wedstrijd. Wel dient het aantal chauffeurs beperkt te blijven, dus niet voor elk kind een chauffeur.

PUBLIEK/KANTINE

Op dit moment is publiek helaas niet welkom bij trainingen en wedstrijden en is de kantine gesloten. Hieronder staan de uitzonderingen:

- Naast de corona coördinator is alleen kader dat noodzakelijk is voor de uitvoering van de sportbeoefening welkom op de accommodatie. Hieronder valt de technische staf, scheidsrechter en bijvoorbeeld een trainersbegeleider, een scheidsrechterbegeleider, een videoanalist/cameraman etc.
- Bij een jeugdteam met minderjarige trainers, is het toegestaan dat één ouder bij de sportactiviteit aanwezig is.
- Pers/media mag aanwezig zijn bij de korfbalwedstrijd.

VERSCHILLEN PER LEEFTIJDGROEP

Richtlijn	Kinderen t/m 12 jaar	Kinderen van 13 t/m 17 jaar	18 jaar en ouder
Sporters	- Geen richtlijn voor afstand houden.	- Houd 1,5 m afstand tot iedereen van 18 jaar en ouder , behalve tijdens de training/wedstrijd. Dus ook in dug-out, kleedkamer, kantine, op terras en langs de lijn.	- Houd 1,5 m afstand tot iedereen ouder dan 12 jaar , behalve tijdens de training/wedstrijd. Dus ook in dug-out, kleedkamer, op terras en langs de lijn. - Houd in de kleedkamer 1,5 m afstand van je ploeggenoten.
Ouders	- Bij het omkleden voor/na de wedstrijd mag - als het niet anders kan - maximaal 1 ouder helpen in de kleedkamer.	- Ouders mogen in principe niet mee in de kleedkamer (noodsituatie uitgezonderd).	- Ouders mogen in principe niet mee in de kleedkamer (noodsituatie uitgezonderd).
Trainers	- Houd zoveel mogelijk 1,5 m afstand van de spelers, maar dit is niet verplicht. - Wedstrijdbesprekingen vinden plaats op het veld of in de kleedkamer , maar niet in de kantine.	- Houd 1,5 m afstand van de spelers. - Wedstrijdbesprekingen vinden plaats op het veld of in de kleedkamer , maar niet in de kantine.	- Houd 1,5 m afstand van de spelers. - Wedstrijdbesprekingen vinden plaats op het veld , niet in de kantine of kleedkamer.