

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

Sinds 15 december 2020 is Nederland ter bestrijding van het coronavirus in een strenge lockdown om contacten tot een minimum te beperken. Voor de sport betekent dit dat in ieder geval tot en met 30 maart 2021 sporten in een binnenruimte niet is toegestaan. Buiten kan onder voorwaarden wel gesport worden. Er geldt een avondklok tussen 21.00 uur en 04.30 uur.

Buiten mag iedereen tot en met 26 jaar op sportaccommodaties blijven sporten in teamverband zonder dat ze 1.5meter afstand in acht hoeven te nemen, de competitie ligt wel stil. Iedereen vanaf 27 jaar mag alleen sporten op 1.5meter afstand, individueel of in teamverband met maximaal 2 personen (**per 16 maart met maximaal 4 personen**). Wedstrijden zijn niet toegestaan, kantines, douches en kleedkamers zijn gesloten.

De volgende basisregels zijn nog steeds van kracht:

- heeft u klachten: blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen;
- ben je 18 jaar en ouder: houd 1,5 meter afstand van anderen;
- was vaak uw handen;
- vermijd drukke plekken.

Algemene richtlijnen:

- Trainingen zijn niet verplicht. Als je niet wilt, of niet kunt, is dit uiteraard geen probleem
- Kom niet eerder naar het veld dan de aangegeven start tijd van de training, maar kom wel op tijd
- De dug-outs worden niet gebruikt
- Kantine, kleedkamers en toiletten zijn gesloten. In scheidshok 1 zijn desinfectie & handgel beschikbaar. Tevens kunnen daar handen gewassen worden en staat er een EHBO kist (puur en alleen voor noodgevallen is daar ook een WC)
- Zorg dat je thuis naar de WC bent geweest, je handen hebt gewassen en je bidon hebt gevuld
- Verzamelen en persoonlijke spullen buiten het veld langs het hek op minimaal 1,5 meter van elkaar (zie blauwe markering op plattegrond)
- Het veld wordt pas betreden nadat de vorige trainingsgroep het veld heeft verlaten. Zorg tevens dat het nieuwe team zich op een andere plek verzamelt (namelijk het eerste team rechts van de thuis dug-out en het nieuwe team links van de gasten dug-out, etc.)
- Er kan niet worden geparkeerd of gewacht op het terrein tenzij je coach of Corona-ouder bent
- Alleen spelers die op dat moment training hebben mogen het complex op, geen familieleden, vrienden of vriendinnen

Let op: alleen de ingang aan de Adm. Helfrichlaan (kantine kant) mag worden gebruikt

Na de training direct het veld verlaten, na materiaal opruimen op aanwijzing van de trainers/coaches

Er kan worden gehandhaafd door de gemeente. Boetes die ontstaan door het niet naleven van de geldende richtlijnen, zijn te allen tijde voor het individu. Domstad Dodgers is hiervoor niet aansprakelijk.

Ten aanzien van de hygiëne:

- Handen wassen voor en na de training (thuis)
- Kom tijdens de training niet aan je gezicht, mond of ogen, gebeurt dat wel dan handen ontsmetten met de aanwezige desinfecterende gel
- Geen kauwgom of zonnebloempitjes op het terrein, dit om 'spugen' te voorkomen (mag nl. niet)
- Neem zoveel mogelijk eigen materialen mee (knuppels, helmen, etc.) en gebruik deze alleen zelf (markeer je spullen)
- Sla zoveel mogelijk met slaghandschoentjes
- Alle club materialen die worden gebruikt, worden na elke trainingssessie gedesinfecteerd
- Materialen die tijdens de training worden doorgegeven (m.u.v. ballen), bijvoorbeeld helmen of knuppels moeten tussentijds worden gedesinfecteerd
- Catchers uitrustingen van de club mogen niet worden gebruikt

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 (**enige ingang**)

S = Softbalveld

H = Honkbalveld

T = Trainingsveldje

Bijlage: Spelregels voor sport in het kort

Om groepsvorming en sociale contacten te verminderen en het aantal reisbewegingen te reduceren, zijn er maatregelen voor sport.

De maatregelen zijn:

- Buiten sporten mag met maximaal 2 personen (exclusief trainer)
- In binnenruimtes sporten mag niet.
- Groepslessen buiten mogen niet.
- Sportscholen zijn dicht.
- Wedstrijden zijn verboden.
- Topsporters en sporters in topcompetities mogen trainen en wedstrijden spelen.
- Sporten voor iedereen vanaf 27 jaar en ouder mag alleen als onderling 1,5 meter afstand te houden is.
- Kinderen tot en met 17 jaar mogen buiten wel in grotere teams sporten. Of buiten wedstrijden spelen met teams van hun eigen club.
- Jongvolwassenen van 18 tot en met 26 jaar mogen op sportaccomodaties buiten sporten. Of wedstrijden spelen met teams van de eigen club.
- Publiek bij sport is niet toegestaan.
- Sportkantines, kleedkamers en douches zijn dicht.

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/cultuur-uitgaan-en-sport/sport>

Kaders Rijksoverheid per 16 maart 2021

Richtlijnen algemeen

Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren. Deze zijn met name gebaseerd op de landelijk geldende maatregelen.

- 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;
- personen van 18 jaar en ouder houden onderling 1,5 m afstand;
- vermijd drukte;
- was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie;
- schud geen handen;
- neem de gebruikelijke veiligheids- en hygiëneregels voor iedereen in acht;
- er vindt (bijv. mondeling) een gezondheidscheck plaats voor aanvang van de sportactiviteit, deze vragen die je stelt zijn hier vindbaar;
- sporters tot en met 26 jaar mogen op de sportaccommodatie in team verband sporten en zonder de 1,5 meter afstand in acht te hoeven nemen. Daarnaast mogen gemeenten sportactiviteiten organiseren op andere locaties.;
- sporters vanaf 27 jaar mogen buiten op sportaccommodaties met maximaal vier mensen sporten. Voorwaarde is wel dat zij 1,5 meter afstand houden. Er kunnen meerdere groepjes van maximaal 4 personen tegelijkertijd op een veld sporten, mits zij zich duidelijk als aparte groepjes bewegen;
- wanneer er vanwege sportactiviteiten personen uit meerdere huishoudens in dezelfde auto zitten dragen personen vanaf 13 jaar een mondkapje ;
- voor alle sporten geldt dat het aantal sporters en begeleiders per sportactiviteit niet groter is dan noodzakelijk voor de sportactiviteit;
- na afloop van de sportactiviteit dient iedereen de sportaccommodatie zo snel mogelijk verlaten;
- in heel Nederland geldt vanaf zaterdag 23 januari een avondklok. Dat betekent dat iedereen tussen 21.00 uur 's avonds en 04.30 uur 's ochtends binnen blijft.

Vereniging en accommodatie

- in heel Nederland geldt vanaf zaterdag 23 januari een avondklok. Dat betekent dat iedereen tussen 21.00 uur 's avonds en 04.30 uur 's ochtends binnen blijft. Houdt hierbij rekening met het op tijd sluiten van de accommodatie;
- blijf alert op het aanbieden van sport op een sociaal veilige manier. Om sportaanbieders op weg te helpen, zijn [hier](#) een aantal tips geformuleerd;
- zwembaden en binnensportaccommodaties zijn gesloten, voor topsporters gelden uitzonderingen;
- de zwembaden mogen evenwel opengesteld worden voor de zwemles voor kinderen tot en met 12 jaar zodat zij hun A-, B- of C diploma kunnen halen. De kleedkamers en toiletruimten zijn ook open, maar de douches zijn gesloten;



- groepslessen zijn niet toegestaan;
- sportkantines, kleedkamers en douches zijn dicht, het toilet mag open blijven;
- horeca kan mogelijk 'to go' faciliteren, overleg van tevoren met het lokaal gezag;
- toeschouwers publiek en ouders zijn niet toegestaan bij sportactiviteiten;
- stel voor de sportlocatie of openbare ruimte een verantwoordelijke aan die aanspreekpunt is voor de locatie en voor de gemeente en zorg dat deze perso(o)l(nen) bekend zijn bij de gemeente;
- stel ook corona-coördinatoren aan (dit kan bv. een trainer/sporter zijn) waarvan er altijd één herkenbaar aanwezig is (bijvoorbeeld met hesje) of maak via communicatie (bijv. posters) duidelijk hoe die te bereiken is. Waar relevant voor sportparken werk als sportclubs zoveel mogelijk met elkaar samen;
- maak voor de sportlocatie waar geen beheerder aanwezig is, goede afspraken met de gebruikersgroepen. De gebruiker wijst een coördinator/contactpersoon aan;
- zorg dat de coördinatoren voldoende afstand kunnen houden tot sporters en bezoekers of tref daarvoor maatregelen;
- zorg dat altijd EHBO-materialen en een AED beschikbaar zijn en dat deze niet achter slot en grendel zitten;
- richt de sportlocatie zo in en/of breng markeringen aan om te zorgen dat vrijwilligers en sporters die moeten wachten voor een sportactiviteit de 1,5 meter afstand van elkaar kunnen houden;
- communiceer de regels van je sportlocatie met je trainers, sporters, vrijwilligers, medewerkers en ouders via de eigen communicatiemiddelen. En controleer of ze zichtbaar aanwezig zijn op de sportlocatie;
- zorg waar nodig voor voldoende persoonlijke hygiënemiddelen en schoonmaakmiddelen voor materialen (water, zeep en voldoende papieren handdoekjes);
- spreek als beheerder/exploitant van een multisport locatie een planning af met de gebruikers. En spreek dezelfde toegangsregels af met alle sportaanbieders op de locatie;
- geef vrijwilligers, medewerkers en/of trainers een uitgebreide instructie over de wijze waarop het protocol op de accommodatie van de sportlocatie moet worden uitgevoerd en wat de afspraken met eventuele andere sportaanbieders hierover zijn.

Wedstrijden

- officiële wedstrijden en competities zijn niet toegestaan, dit geldt voor zowel jeugd als volwassenen in alle sporten, uitzondering hier op vormt een groep topsporters.

Sporten tot en met 26 jaar

- in heel Nederland geldt vanaf zaterdag 23 januari een avondklok. Dat betekent dat iedereen tussen 21.00 uur 's avonds en 04.30 uur 's ochtends binnen blijft;
- sporters tot 27 jaar mogen in teamverband op de sportaccommodatie sporten en hoeven tijdens het sporten onderling geen 1,5 meter afstand te houden;
- zodra sporters van 13 jaar en ouder het veld verlaten na het sporten, moeten zij weer 1,5 meter afstand tot elkaar houden;
- kinderen en jongeren tot en met 26 jaar kunnen onderlinge wedstrijdjes spelen met het team van de eigen club/ vereniging;



- personen met klachten blijven thuis.

Sporten vanaf 27 jaar of ouder

- op een buitensportaccommodatie mag maximaal met vier personen gesport worden, zolang er minimaal 1,5 meter tussen zit;
- in een binnenruimte is sporten niet toegestaan.

Trainer/coach

- in heel Nederland geldt vanaf zaterdag 23 januari een avondklok. Dat betekent dat iedereen tussen 21.00 uur 's avonds en 04.30 uur 's ochtends binnen blijft. Houdt hierbij rekening met de trainingstijden voor personen tot en met 26 jaar;
- trainers, coaches worden niet aangemerkt als contactberoep;
- instrueer trainers/instructeurs over de wijze waarop ze op een verantwoorde en veilige manier sportaanbod kunnen uitvoeren;
- zorg voor hygiëne van sportmaterialen en reinig deze na elke sportactiviteit;
- sporters kunnen worden geweigerd of naar huis worden gestuurd tijdens de training bij (vermoeden) van klachten, zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, of koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak.

Uitzonderingen

- als ondersteuning noodzakelijk is bij de sportactiviteit van een sporter dan is het toegestaan om één ouder/verzorger op de sportlocatie aanwezig te laten zijn. Voor deze persoon geldt ook dat het daar geldende protocol nageliefd moet worden;
- kaderleden, officials, vrijwilligers, coaches en medewerkers die een rol hebben bij sportactiviteiten mogen aanwezig zijn;
- voor sportactiviteiten zoals dans die vallen onder culturele uitingen gelden andere richtlijnen. Bij twijfel welke richtlijnen gelden neem dan contact op met de lokale autoriteiten;
- hippische accommodaties zijn aangepast open voor het geven van noodzakelijke beweging van paarden in verband met het welzijn en de gezondheid van paarden.

Eventuele besmetting

- 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;
- indien bij een sporter/kaderlid Covid-19 wordt vastgesteld, zijn er richtlijnen vanuit de overheid die moeten worden gehanteerd. De GGD geeft aan welke quarantaine maatregelen noodzakelijk zijn. Dit kan per situatie en regio verschillen;
- sporters kunnen worden geweigerd of naar huis worden gestuurd tijdens de training bij (vermoeden) van klachten, zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, of koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak.

