



## *Verantwoord samen sporten*

### Protocol Kids- en Teenslessen

Aanleiding protocol: Genomen maatregelen n.a.v. coronavirus (COVID-19)  
Versie: 1  
Datum: 29 april 2020



# Verantwoord samen sporten

Vanaf 29 april mogen kinderen t/m 12 jaar en jeugd 13 t/m 18 jaar, onder begeleiding, weer samen trainen in de buitenlucht. We hebben dit protocol opgesteld zodat we duidelijkheid kunnen bieden hoe we op een verantwoorde manier samen kunnen sporten. Het Protocol Verantwoord sporten kinderen t/m 12 jaar en jeugd 13 t/m 18 jaar van het NOC-NSF is hierbij het uitgangspunt.

## Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

Voor alles geldt dat we met gezond verstand samen sporten en uitvoering geven aan de richtlijnen.

- Blijf thuis als je één van de volgende (ook milde) symptomen hebt:
  - Neusverkoudheid
  - Hoesten
  - Benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C° en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Ga voordat je vertrekt thuis naar het toilet;
- Was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schudt geen handen;



## Veiligheid- en hygiëneregels voor sporters

Naast de algemene richtijnen die hierboven staan omschreven, gelden de volgende maatregelen voor de sporters:

- Meld je van tevoren aan in SportBit voor elke les waaraan je deelneemt ivm het klaarleggen van de equipment, de organisatie van de workouts en de veiligheid;
- Korte termijn aan- of afmelden via de app aan de coach
- Kom alleen naar de box voor jouw les;
- Reis alleen of kom met één persoon uit jouw huishouden;
- Kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de box;
- Kom in sportkleding;
- Zorg dat je thuis naar het toilet geweest bent;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de les en wacht aan de rand van het veld;
- Volg altijd de aanwijzingen van de coach;
- Sporters van 13 t/m 18 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere sporters. Bij sporters t/m 12 jaar is deze afstandsbeperking onderling niet aan de orde;
- Materialen die met handen worden aangeraakt worden direct na de training gereinigd;
- Neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- Verlaat direct na de les het veld en (bij toiletbezoek) de box;
- Als het regent gaan de lessen niet door.



## Voor ouders en verzorgers

Naast de algemene richtijnen die hierboven staan omschreven, gelden de volgende maatregelen voor de sporters:

- Informeer je kind(eren) over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en zorg dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiding opvolgen;
- Meld je kind(eren) van tevoren aan in SportBit voor elke les waaraan je deelneemt ivm het klaarleggen van de equipment, de organisatie van de workouts en de veiligheid;
- Zorg voor actuele contactgegevens (telefoonnummer) in SportBit;
- Breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat uw kind tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kan worden, moet uw kind thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- Reis alleen met jouw kind(eren) of kom met personen uit jouw huishouden;
- Breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportlocatie;
- Als ouder/verzorger/begeleider heb je in principe geen toegang tot het veld. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training; Als ondersteuning noodzakelijk is bij het sporten en/of toiletgang, is het toegestaan om één ouder/verzorger bij het veld aanwezig te laten zijn. Voor deze persoon geldt ook dat het geldende protocol nageleefd moet worden;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de les naar het veld
- Volg altijd de aanwijzingen op van de coaches
- Direct na de les haalt de ouder/verzorger de kinderen op bij het veld. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is;
- Als het regent gaan de lessen niet door.