



Protocol: trainingen in sporthal de Bengеле / gymzaal Ospel voor Fortutas teams.

Tot en met 10 november 2020 zijn er geen wedstrijden. Uitsluitend trainingen voor de jeugdteams zullen nog plaatsvinden. Aan deze trainingen mag alleen worden deelgenomen door leden jonger dan 18 jaar. Alle andere trainingen vervallen tot en met 10 november 2020.

Als uitzondering op onderstaande regels geldt dat jongeren tot en met 12 jaar onderling geen 1,5 meter afstand hoeven te houden. Deze regel geldt wel tussen deze jongeren en personen ouder dan 12 jaar.

Waar in dit protocol van 'sportcentrum' gesproken wordt, worden zowel sporthal De Bengeler in Nederweert als de gymzaal in Ospel bedoeld.

Belangrijke voorzorgsmaatregelen

Voor het betreden van het sportcentrum gelden de maatregelen van het RIVM.

Blijf thuis en laat je testen, als:

- Je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft.
- Een familielid in de afgelopen twee weken positief getest is op corona.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.

Mondkapje en looproutes

- Voor iedereen die in het sportcentrum komt is het dragen van een mondkapje verplicht totdat je start met het volleyballen.
- In het sportcentrum zijn looproutes met éénrichtingsverkeer aangebracht, zodat iedereen zich zoveel mogelijk kan houden aan de 1,5 meter afstand. Volg hiervoor de pijlen op de vloer.
- Bij binnenkomst staat een desinfectiepaal. Iedereen dient bij binnenkomst en bij het weggaan zijn/haar handen te desinfecteren.

Trainingen

- Kleedruimtes en douchevoorzieningen zijn gesloten. Er zal wel 1 toiletruimte beschikbaar zijn.
- **ALLE sporters zijn verplicht in sportkleding naar het sportcentrum te komen.** Op de aangewezen plek kan men de schoenen en eventueel kniebeschermers aan doen.
- Beperk het toiletbezoek.
- Na afloop van de sportactiviteit ga je thuis douchen.
- Schreeuwen, high-fives en handen schudden is niet toegestaan. Applaudiseren is toegestaan.
- **Tijdens de warming-up en tijdens de training mogen de mondkapjes af.**
- Tijdens de warming-up moet er 1,5 meter afstand gehouden worden.
- We vragen iedereen zijn/haar eigen gevulde bidon mee te nemen, zodat de waterflessen niet met elkaar worden gebruikt.
- **Verlaat het sportcentrum zo snel mogelijk na de sportactiviteit, met inachtneming van de 1,5 meter afstand en desinfecteer je handen weer.**



- Indien je met mensen uit verschillende huishoudens in één auto zit, wordt dringend geadviseerd allemaal een mondkapje te dragen.
- We adviseren dringend de rijdende ouder een mondkapje te dragen omdat wij ervan uitgaan dat de inzittenden niet uit hetzelfde gezin komen.
- Na de trainingen moeten de ballen, de palen, netten en andere gebruikte materialen schoongemaakt worden. Hiervoor zijn schoonmaakmiddelen aanwezig.
- De trainer is namens VC Fortutas de Corona toezichthouder, die erop toeziet dat de regels in dit protocol nageleefd worden. Volg zijn/haar aanwijzingen op.
- **Kom niet eerder dan 5 minuten voor training naar het sportcentrum, zodat sporters die hun activiteiten in het sportcentrum hebben beëindigd, op een veilige manier het sportcentrum kunnen verlaten zonder dat kruisverkeer plaats vindt.**
- De contactgegevens van de aanwezige spelers en begeleiding (coach(es), arts, verzorger(s)) dienen in de zaal genoteerd te worden op het daarvoor beschikbaar gestelde formulier.

Voor publiek

- Het is **niet toegestaan** dat toeschouwers aanwezig zijn bij trainingen. Als gevolg daarvan zijn de tribunes voor iedereen **gesloten**.
- De kantine is gesloten.