



Sportprotocol MHC Ede vanaf 1 juli 2020

Spelregels voor sport in het kort

- Per 1 juli is zowel binnen- als buitensport weer toegestaan.
- Voor alle leeftijdsgroepen geldt dat zij normaal spelcontact mogen hebben. Tijdens trainingen en wedstrijden hoeft bij contactsporten geen 1,5 meter afstand te worden gehouden.
- **Voorafgaand 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 die ook per 1 juli weer open mogen.
- Kleedruimtes en toilet- en douchevoorzieningen van sportaccommodaties zijn weer open.
- **Geforceerd stemgebruik** langs het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is **niet toegestaan**.

Wedstrijden en toernooien

Per 1 juli zijn wedstrijden, toernooien en evenementen weer toegestaan, zowel binnen als buiten. Hierbij mag publiek aanwezig zijn.

Daarbij geldt dat toeschouwers 1,5 meter afstand tot elkaar moeten houden. In beginsel mogen er buiten maximaal 250 toeschouwers bijeen zijn. En binnen maximaal 100 personen.

Degene die de sportactiviteit organiseert en begeleidt heeft de verantwoordelijkheid voor de sportactiviteiten zelf en zorgt ervoor dat de deelnemers binnen de geldende kaders kunnen sporten.

Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

- 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.

Voor trainers, begeleiders en vrijwilligers

- trainers, begeleiders en vrijwilligers dienen zelf hun risico te analyseren of zij zich op sportlocatie in groepen met anderen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts, de bedrijfsarts of je behandelend arts;
- vermijd als trainer en/of 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 kantine;
- 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 overwinningmomenten 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;
- 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.

Voor sporters

- 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. Raadpleeg desnoods je huisarts, de bedrijfsarts of je behandelend arts;
- 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 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 overwinningsmoment 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, vrijwilligers 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

- 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 de sportlocatie, de tribune, in het clubhuis etc;
- voor binnen gelden maximum aantallen van 100 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, wel dient men te zitten op de aangegeven plekken;
- indien er op piekmomenten meer dan 100 toeschouwers aanwezig zijn volg dan de aanwijzingen van de aangewezen vrijwilliger op;
- voor buiten gelden maximum aantallen van 250 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, zonder placering;
- indien je op piekmomenten meer dan 250 toeschouwers verwacht volg dan de aanwijzingen van de aangewezen vrijwilliger op;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, begeleiders en bestuursleden;
- 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.