



Informatie voor leden en ouders/verzorgers

Richtlijnen tijdens trainingen en wedstrijden HV Tremeg

Algemene veiligheidsregels

- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 C°) .
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft.
- Blijf thuis als jezelf of iemand anders in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID- 19). Omdat u tot 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 10 dagen na het laatste contact.
- Blijf thuis als je terugkeert uit oranje of rood gebied, tot dat de quarantaine periode van 10 dagen is verstreken (conform reisadvies)
- Houd 1,5 meter 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.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.

Regels trainingen en thuiswedstrijden

- Kom alleen naar de sporthal wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat.
- Kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de sporthal.
- Kom niet te vroeg naar de sporthal maar zorg dat je precies op tijd bent. Ga ook na afloop direct naar huis met inachtneming van de richtlijnen.
- Iedereen vanaf 13 jaar draagt in de sporthal een mondkapje. Personen zoals de zaalwacht, fotograaf en teambegeleiding (ouders van tegenstanders bij jeugdwedstrijden) dragen vanaf binnenkomst continu in alle ruimtes een mondkapje. Enkel voor spelers, trainers, coaches en scheidsrechters vanaf 13 jaar geldt de uitzondering dat ze in de kleedkamers en tijdens het uitvoeren van sportactiviteiten in de zaal geen mondkapje hoeven te dragen. Zij dragen wel een mondkapje als zij van de ingang door de centrale hal naar de kleedkamer lopen en als ze zich verplaatsen van de kleedkamer naar de uitgang.
- De sporthal is tijdens trainingen en wedstrijden van Tremeg NIET toegankelijk voor publiek of ouders
- We wijzen jullie ook graag op het wedstrijdprotocol van de NHV. Je kunt deze raadplegen op de volgende website: <https://www.handbal.nl/protocol-corona-en-wedstrijden/>. Op deze site is ook een overzicht te vinden met de maatregelen die bij andere verenigingen worden gehanteerd. Het is raadzaam om dit voorafgaand aan een uitwedstrijd te bekijken.

Regels trainingen en thuiswedstrijden

- Indien mogelijk, breng je eigen bal mee van thuis
- Iedereen gebruikt zijn eigen bidon.
- Lesmaterialen worden voor en na de training gedesinfecteerd door de trainer.
- Volg altijd de aanwijzingen op van de trainers en coaches. Zij fungeren op locatie als corona coördinatoren. Zij hebben het recht iemand weg te sturen wanneer deze persoon zich niet aan de regels houdt.

Aanvullende regels uitwedstrijden

- Volg de algemene veiligheidsregels en houd je aan de richtlijnen van de betreffende locatie
- Ouders die kinderen vervoeren naar bezoekende clubs vallen onder de teambegeleiding en mogen bij de wedstrijd aanwezig zijn. Houd er rekening mee dat het dragen van een mondkapje gewenst is.
- Wat betreft vervoer: volg het advies van de rijksoverheid op <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/verkeer-openbaar-vervoer-grensstreek/vervoer-met-de-auto-of-taxi>

Regels sporthal

- De ingang is dezelfde als normaal gesproken. Bij binnenkomst handen desinfecteren met de aanwezige desinfectie gel. Zorg dat je een mondkapje draagt wanneer je 13 jaar bent of ouder.
- Vanuit het portaal loop je door de centrale gang naar de hal.
- Kleedlokalen mogen worden gebruikt, maar het verzoek is thuis om te kleden.
- Douchen in de sporthal kan, maar daarbij is het van belang onderling wel de 1,5 meter afstand te borgen. Niet alle douches kunnen dus worden benut. Bij trainingen is het advies om indien mogelijk thuis te douchen.
- Na het sporten verlaat je de sporthal via de uitgang. Zorg dat je een mondkapje draagt wanneer je 13 jaar bent of ouder.
- In de gangen, bij de toiletten en in overige ruimtes wordt 1,5 meter afstand aangehouden.
- Gebruik de toiletten zo min mogelijk: ga voorafgaand aan het bezoek van de sporthal thuis naar het toilet. De toiletten in de centrale hal kunnen worden gebruikt voor toilet bezoek, de beheerder reinigt deze regelmatig tussentijds.
- Desinfecteer ook je handen direct na het sporten.