

Protocol Binnensport Dendron Sporthal

Versie: 28 september 2020

Beste Sporters, Trainers, Begeleiders en Volleybal liefhebbers,

Helaas heeft de regering vandaag het besluit moeten nemen om de maatregelen rondom het Corona virus opnieuw aan te scherpen. Dit heeft ook gevolgen voor de Dendron Sporthal, zo mogen wij vanaf morgen geen toeschouwers meer ontvangen in onze hal en zal ook de kantine gesloten blijven.

Natuurlijk gelden ook voor ons protocol de volgende basisregels:

- voor alles geldt: gebruik je gezond verstand;
- 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;
- gebruik zoveel mogelijk je eigen materialen;
- volg de regels en aanwijzingen van de locatie waar je bent;
- schud geen handen en vermijd ander fysiek contact zoals high fives of knuffels;
- vermijd hard stemgebruik;
- het zingen van liedjes of yells is niet toegestaan.

Waar moet je aan denken wanneer je naar de sporthal komt:

- kom niet eerder dan 10 tot 15 minuten voor de training naar de sporthal;
- Hovoc leden wordt tijdens de wedstrijd dagen verzocht om bezoekers voorrang te geven bij het gebruik van de kleedlokalen. Wegens de drukte die direct voor of na de wedstrijden kan ontstaan, kan het zijn dat we niet direct voldoende ruimte hebben in de kleedlokalen, probeer hier op dat moment flexibel mee om te gaan;
- bij binnenkomst in de sporthal is het mogelijk om een digitale bezoekersregistratie in te vullen, deze gegevens zijn voor Hovoc niet inzichtelijk en worden rechtstreeks gedeeld met de GGD. Na twee weken worden deze gegevens automatisch verwijderd;
- bij binnenkomst in de sporthal staat er een paal met desinfectiemiddel, desinfecteer hier altijd je handen;
- volg de looproutes zoals deze zijn aangegeven in de sporthal;
- neem je eigen bidon of fles mee en vul deze thuis;
- het gebruik van een teamkrat of flessenrek is op dit moment niet toegestaan;
- voor sporters van 18 jaar en ouder geldt dat je tijdens het inlopen en warming-up oefeningen zoveel mogelijk de 1,5 meter afstand moet houden;
- neem je niet deel aan de sportoefening? Zorg voor 1,5 meter afstand tussen de trainers/begeleiders/vrijwilligers en wisselerspelers onderling (ook tijdens de wedstrijden);
- aanvullend hierop, 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 dus ook in de kleedkamers en in de kantines;
- zorg ervoor dat sporters buiten de normale en noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebben zoals tijdens het vieren van een overwinningsmomenten of tijdens een wissel;
- specifiek voor trainers en begeleiders geldt dat je ook 1,5 meter afstand moet houden 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;

- voor spelers/begeleiders is het niet toegestaan om te schreeuwen, yells te doen of door het net naar de tegenstander te schreeuwen, dit valt onder onbehoorlijk gedrag en kan door de scheidsrechter ook als zodanig bestraft worden. Het bescheiden vieren van een punt is wel toegestaan.

Gebruik van de kleedlokalen:

- kleedlokalen worden alleen gebruikt om voor en na de training en/of wedstrijd om te kleden, hierbij doen we het dringende verzoek aan iedereen om zoveel als mogelijk omgekleed naar de sporthal te komen, maar vergeet niet dat de sportschoenen pas in de sporthal aangedaan mogen worden;
- maximaal 7 personen per kleedlokaal, 4 personen op de lange bank en 3 personen op de korte bank;
- vanaf heden is het ook weer toegestaan om na de training/wedstrijd gebruik te maken van de douches, met een maximum van 2 personen tegelijkertijd. Houd ook hier rekening met de 1,5 meter afstand en sla dus altijd 1 (of bij voorkeur 2) douches over;
- neem na het omkleden alle spullen (dus ook schoenen en eventuele jassen) mee naar het veld waarop je traint/speelt, het is namelijk mogelijk dat het kleedlokaal tussendoor door andere teams gebruikt worden.

Indeling kleedlokalen (indeling geldt zowel voor als na de training/wedstrijd):

- sport je op veld 1, dan mag je je omkleden in kleedlokaal 2 en 3;
- sport je op veld 2, dan mag je je omkleden in kleedlokaal 4 en 5;
 - Let op, wanneer je je omkleed in kleedlokaal 5, dan dien je via veld 3 naar veld 2 te lopen, dit in verband met het eenrichtingsverkeer in de gang;
- sport je op veld 3, dan mag je je omkleden in kleedlokaal 6 en 7.

Gebruik van de gang tussen de kleedlokalen en de velden:

- om de 1,5 meter afstand te waarborgen, is besloten om de gang 1-richtings verkeer te maken. Je loopt voor aanvang van de training de gang via de hal van de sporthal in, en loopt na het trainen via de deur aan de kant van de beachvelden/Hockeyclub weer naar buiten;
- het is niet de bedoeling dat mensen wachten en/of stil staan op de gang;
- ben je klaar met omkleden, dan dien je naar het veld te lopen en kun je daar aan de kant van het veld wachten tot het veld beschikbaar is.
 - Let op, ook tijdens het wachten voor, tijdens óf na het sporten is het belangrijk dat iedereen van 18 jaar of ouder 1,5 meter afstand bewaart.

Gebruik van de toiletten:

- in verband met de hygiëne maatregelen, willen we het gebruik van de toiletten tot een minimum beperken, dus ga thuis al naar het toilet en gebruik de toiletten in de sporthal alleen als het echt niet anders kan;
- wanneer je tijdens of voor het sporten toch gebruik dient te maken van het toilet, houd dan rekening met de looproutes in de sporthal. De gang is en blijft eenrichtingsverkeer!
 - Wanneer je naar het toilet gaat in de gang, dan moet je deze benaderen via de deuren van veld 1 en veld 2. Spelers van veld 3 zullen dus eerst naar veld 2 moeten lopen, om van daaruit via de gang naar het toilet te lopen;
 - Wanneer je van het toilet komt in de gang en je wilt weer richting de velden, dan zul je ten alle tijden via veld 3 moeten lopen. Dus je loopt via de deur van veld 3 naar binnen en loopt van daaruit richting veld 2 en/of veld 1.

Gebruik van de speelvelden:

- om de looproutes te kunnen waarborgen, moeten sporters/begeleiders vrij tussen de drie velden kunnen bewegen. Daarom is het van belang dat de tussennetten (tussen veld 1/veld 2 en veld 2/veld 3) die we normaal tijdens de wedstrijden

gebruiken nu ook tijdens het trainen gebruikt worden. De tussenwanden mogen we wel laten zakken, maar alleen tot 2 meter boven de grond, zodat er altijd iemand onderdoor kan lopen;

- wanneer er gewisseld moet worden tussen groepen op het veld, dan kan er een piek in drukte ontstaan. Nieuwe teams staan al klaar en de andere teams willen naar de kleedkamers/uitgang. Wanneer er een veld vrij is maak daar dan gebruik van en wacht daar even tot het juiste veld beschikbaar is. Wanneer er geen veld vrij is probeer dan de rustige plekken in de zaal op te zoeken.

Aanwezigheid van toeschouwers:

- Helaas zijn toeschouwers tot nader order niet welkom in onze sporthal. Ouders en chauffeurs dienen er ook rekening mee te houden dat dit een algemeen geldende regel is en dat zei ook niet welkom zijn bij uitwedstrijden.

Vervoer van en naar wedstrijden:

- teams reizen vaak met enkele auto's gezamenlijk naar wedstrijden. Hierbij is het advies om de richtlijnen van de overheid te volgen;
- bij personen boven de 13 jaar uit een verschillend huishouden in dezelfde auto is het advies een mondkapje te dragen. Maak hier zelf voorafgaand aan de rit met elkaar afspraken over;
- voor de CMV teams gelden specifiek nog de volgende richtlijnen:
 - bij het veld is 1 begeleider per team toegestaan.

Gebruik van de Kantine in de Dendron Sporthal:

- Sportkantines dienen op last van de regering gesloten te blijven, dit geldt natuurlijk ook voor de Dendron Sporthal.