



Datum: 21 oktober 2020

Versie: 1.0

## COVID-19 plan zaalkorfbal

### Bestemd

Voor senioren spelers en hun trainers

### Locaties

Sporthal Souburg (de Belt) en zaal het Kroonjuweel in Oost-Souburg

Gewenste datum van aanvang (alle activiteiten): 26 oktober 2020

Trainingstijden en max. aantal sporters incl. trainers (sporthal Souburg):

A) Iedere maandag van 21.30 tot 22.30 uur.

Max aantal sporters en trainers is 13

B) Iedere woensdag van 19.00 tot 20.00 uur.

Max aantal sporters en trainers is 13

C) Iedere woensdag van 20.00 tot 21.00 uur.

Max aantal sporters en trainers is 13

D) Iedere woensdag van 21.00 tot 22.00 uur.

Max aantal sporters en trainers is 13

In de Belt en in het Kroonjuweel zijn er Covid-19 protocollen van toepassing. Deze regels en aanbevelingen moeten door de sporters en hun trainers van de verschillende teams worden gerespecteerd en nageleefd. Bovendien gelden de volgende regels.

## KV ATLAS veiligheid- en hygiëneregels

### 1. Algemene RIVM veiligheid- en hygiëneregels regels

- Blijf thuis en laat je testen, als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 °C).

- Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 °C) en/of benauwdheidsklachten; Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huis positief getest is op het coronavirus (COVID-19); Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact.
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Schud geen handen.
- Houd 1,5 meter afstand van elkaar.
- Ga 10 dagen in (thuis) quarantaine als je uit een land komt dat door BZ is aangemerkt met een negatief reisadvies t.a.v. Covid-19 virus (code oranje en rood); Ook als je geen klachten hebt.

## 2. Veiligheid- en hygiëneregels voor sporters en hun trainers

### Trainingen

- Kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de sportlocatie.
- **Attentie:** Let op bij het binnengaan van het gebouw en de sportzaal dat je geen sporters en trainers tegenkomt van de groep die voor jullie traint.
- Ga op de accommodatie niet onnodig door elkaar lopen.
- Desinfecteer je handen bij binnenkomst en bij het verlaten van de sportlocatie.
- Kom in sportkleding (inclusief sportschoenen) naar de training. Houdt er rekening mee dat de kleedkamers vanaf 14 oktober 22.00 uur gesloten moeten blijven.
- Doucheruimtes zijn met ingang van 14 oktober 22.00 uur ook gesloten.
- Sporters zetten het te gebruiken materiaal gereed, ruimen het op en desinfecteren het voor en na gebruik.
- Vermijd geforceerd stemgebruik zoals schreeuwen.
- Neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken en drink hier alleen zelf uit.
- Kom zo kort mogelijk van de aanvang van de training naar de locatie en ga onmiddellijk na het einde weer naar huis.
- Er wordt getraind in groepen van max 4 personen. Deze viertallen moeten onderling en ten opzichte van andere groepen anderhalve meter afstand houden.
- In Sporthal Souburg wordt maximaal met 3 groepen van 4 personen gesport exclusief één trainer.
- De viertallen mogen gedurende de trainingen niet wisselen. (Incl. warming up and cooldown.)
- Zorg dat voorafgaand aan de training duidelijk is wie in welke groep traint en wat de exacte locatie is in de zaal voor elke groep.

- De viertallen moeten duidelijk herkenbaar zijn, bijvoorbeeld door middel van hesjes.
- Onderlinge wedstrijdjes en partijvormen zijn niet toegestaan.
- Gezamenlijk vervoer naar trainingen  
ATLAS volgt hier het **advies** van de sportbonden (<https://nocnsf.nl/wat-doet-nocnsf/sport-en-maatschappij/coronavirus-en-sport-veelgestelde-vragen>). Dit houdt concreet in dat iedereen van 13 jaar en ouder een mondkapje draagt wanneer hij/zij met personen van buiten hun huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaat.
- Na afloop van de training zorgt de trainer voor een gecontroleerd vertrek uit de zaal.

### 3. Veiligheid- en hygiëneregels voor familie/kennissen/vrienden

#### Familie/kennissen/vrienden

- Blijf thuis!
- In voorkomende gevallen: Houd je aan de algemene veiligheids- en hygiëneregels.
- Publiek is vanaf 29-09-2020, 18.00 uur niet meer toegestaan.
- Kantines zijn vanaf 29-09-2020, 18.00 uur niet meer geopend en niet meer toegankelijk voor publiek.

#### Handhaving regels:

- De trainer zorgt ervoor dat iedereen kennis neemt van de regels en dat deze worden nageleefd.
- Indien iemand zich niet aan de regels houdt wordt hij/zij gewaarschuwd en kan in het uiterste geval worden weggestuurd.

Namens K.V. ATLAS

Ron van Hese