

Inhoud

Algemeen	2
Algemene maatregelen	2
Maatregelen voor trainers en kader	3
Maatregelen voor sporters	4
Maatregelen voor ouders en verzorgers.....	5
Maatregelen volleybal specifiek.....	6
Maatregelen praktische invulling.....	7
Trainingen.....	7
EHBO.....	7
Hygiëne en toilet	8
Brengen en halen	8
Trainingsrooster	8

Algemeen

Met ingang van 29 april 2020 mag er onder begeleiding weer buiten gesport worden door jeugd tot en met 18 jaar. Dit document beschrijft de voorschriften zoals DIO Volleybal die hanteert voor de trainingen vanaf maandag 11 mei. Daarbij worden uiteraard de richtlijnen van NOC NSF, Nevobo en gemeente Apeldoorn gevolgd.

Voor de volleybaltrainingen maken we gebruik van het trainingsveld veld van V.V. Albatross (2 volleybalvelden). DIO Volleybal verzorgt geen trainingen op andere locaties dan het Albatross veld. Alles wat je zelf / je kinderen doet/doen op andere locaties is op eigen verantwoording en niet die van DIO Volleybal. Voorbeeld: de Beach velden op het Zwitsalterrein is openbare ruimte en valt niet onder de verantwoordelijkheid van DIO Volleybal

Algemene maatregelen

De maatregelen zoals die al langere tijd in Nederland gelden blijven ook op het Albatross veld gelden. Alleen voor jeugd tot en met 12 is er een aanpassing.

De volgende richtlijnen dient iedereen dus te volgen:

- blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- houd 1,5 meter (twee armlengtes) 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;
- ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- douche thuis en niet op het Albatross veld;
- vermijd het aanraken van je gezicht;
- schud geen handen;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor de training aan op het Albatross veld en ga direct daarna naar huis.

Maatregelen voor trainers en kader

Voor trainers en ander kader dat aanwezig moet zijn op en rond het sportveld geldt het volgende:

- kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de accommodatie waar je training gaat geven;
- bereid je training goed voor. Voorbeeldoefeningen worden met je gedeeld;
- Voor 13 t/m 18 geldt houdt 1,5 meter afstand ook onderling;
- zorg dat er in de leeftijdsgroep van 13 t/m 18 jaar zo min mogelijk materialen gedeeld moeten worden;
- als er in jeugdteams nog kinderen zitten die nog in de leeftijdscategorie t/m 12 jaar vallen houden die zich tijdens de training ook aan de regels voor de leeftijdscategorie van hun oudere teamgenoten (13 t/m 18 jaar). Zij houden dan dus ook 1,5 meter afstand;
- zorg dat de training klaar staat als de kinderen het veld op komen zodat je gelijk kunt beginnen;
- maak vooraf (gedrags)regels aan kinderen duidelijk, met name voor de groep 13 t/m 18 jarigen waarbij tijdens het sporten 1,5 meter afstand moet worden gehouden;
- wijs kinderen op het belang van handen wassen en laat kinderen geen handen schudden;
- help de kinderen om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- houd 1,5 meter afstand met al je kinderen en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);
- volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- laat kinderen niet eerder toe dan 10 minuten voor de starttijd van de training/activiteit. De kinderen moeten na afloop direct vertrekken.
- laat kinderen gefaseerd het sportveld betreden en verlaten. Wijs ze erop dat ze na de training direct naar huis gaan.
- zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de les/training, tenzij dat in specifieke gevallen noodzakelijk is.
- was of desinfecteer je handen na iedere training;

Maatregelen voor sporters

Voor sporters gelden naast de algemene maatregelen ook de volgende zaken:

- kom alleen naar het Albatross veld wanneer er voor jou een training gepland staat;
- reis alleen of kom met één persoon uit jouw huishouden;
- kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar het Albatross veld;
- kom in sportkleding naar het Albatross veld. Eventueel aanwezige kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training naar het Albatross veld en wacht op aanvang op de parkeerplaats en houdt daarbij 1,5 meter afstand
- volg altijd de aanwijzingen van de trainer(s) op
- sporters van 13 t/m 18 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere sporters.
- Bij sporters t/m 12 jaar is deze afstandsbeperking onderling niet aan de orde, maar wel tot de trainers;
- gebruik zoveel mogelijk alleen eigen materialen. Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen met water en zeep of reinigingsdoekjes;
- neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- verlaat direct na de training het Albatross veld.

Maatregelen voor ouders en verzorgers

Van ouders en verzorgers verwachten wij het volgende:

- informeer uw kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en zorg dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiding opvolgen;
- stem met je kind je contactgegevens af zoals 06-nummer;
- breng je kind(eren) alleen naar het Albatross veld wanneer er een training voor jouw kind(eren) gepland staat;
- breng je kind(eren) niet naar het Albatross veld als je kind klachten heeft van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts;
- breng je kind(eren) niet naar het Albatross veld als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/ of benauwdheidsklachten. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- breng je kind(eren) niet naar het Albatross veld als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat uw kind tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kan worden, moet uw kind thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- reis alleen met jouw kind(eren) of kom met personen uit jouw huishouden;
- breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar het Albatross veld;
- als ouder/verzorger/begeleider heb je geen toegang tot het terrein bij de Albatross velden. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren);
- kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training op het Albatross veld. Wachten kan op de parkeerplaats met in acht neming van de 1,5 meter afstand. De kinderen worden door de trainer(s) opgehaald;
- volg altijd de aanwijzingen op van trainer(s);
- kom niet eerder dan 5 minuten voor einde van de training naar het Albatross veld om kinderen op te halen. Wachten kan op de parkeerplaats met in acht neming van de 1,5 meter afstand. De trainer brengt de kinderen van de Albatross velden naar de parkeerplaats ;
- We gaan er natuurlijk vanuit dat iedereen zich aan de regels houdt en aanwijzingen netjes opvolgt. In die gevallen waar herhaaldelijk waarschuwen door de trainer niet werkt kunnen we spelers de toegang ontzeggen.

Maatregelen volleybal specifiek

- bij trainingen voor 13 t/m 18 jarigen mogen er maximaal 6 sporters en 1 trainer op een Albatross veld. Bij kinderen t/m 12 jaar geldt dat niet.
- Eigen veld: Sporters blijven continue op hun eigen veld. Indien bij trainingen de trainer meerdere velden tegelijk traint, dan is het voor de trainer toegestaan om zich te bewegen tussen die betreffende velden. Er wordt enkel per veld instructie gegeven met inachtneming van 1,5 meter afstand.
- Aangepaste spel- en oefenvormen: trainers worden opgeroepen bij de keuze en uitvoering van de oefen- en spelvormen rekening mee te houden met de regels rondom het afstand houden. Voorbeeldtrainingen worden aan de trainers verstuurd.
- Gedesinfecteerde ballen: Zorg voor maximale hygiëne. Er worden alleen ballen van DIO Volleybal gebruikt en de ballen worden na iedere training gedesinfecteerd. Het net en de palen worden uitsluitend door trainers geïnstalleerd op de juiste hoogte en niet aangeraakt door sporters (voor zover mogelijk).
- De trainers hebben uiteraard een eigen verantwoordelijkheid voor de naleving van dit protocol, maar de aanwezige Albatross leiding kan ook de trainer aanspreken op het naleven van het protocol.

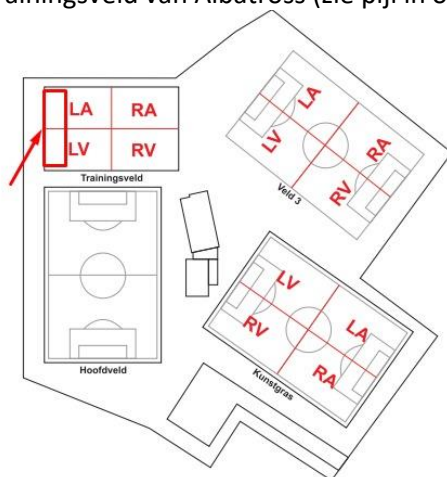
Maatregelen praktische invulling

Om op het sportveld de eerdere maatregelen correct uit te voeren heeft Albatross voor hun eigen sporters gastheren/gastvrouwen rondlopen die alles goed in de gaten houden. Hier kunnen we mee te maken krijgen. De rol van de gastheer/gastvrouw zorgt ervoor :

- dat de inkomende en uitgaande groepen niet door elkaar lopen;
- dat sporters en trainers zich houden aan het protocol;
- ouders/verzorgers en andere onbevoegden het sportterrein niet betreden.;
- Sporters, trainers, ouders en verzorgers dienen te allen tijde de instructies van de gastheer/gastvrouw op te volgen.

Trainingen

Om te trainen is er 1 veld (achterste) met twee volleybalvelden bij Albatross beschikbaar op het trainingsveld van Albatross (zie pijl in onderstaande afbeelding).



Mini's t/m 12 jaar trainen:

- daarop zoals zij gewend zijn. Hoeven geen aangepaste oefening met 1,5 meter afstand te gebruiken;

Jeugd van 13 t/m 18 geldt voor het trainen onderstaande:

- Per trainingsgroep zijn er 2 volleybalvelden beschikbaar.
- Per team hebben zij twee volleybalvelden tot de beschikking. Per veld mogen op elk moment maximaal 6 kinderen en 1 trainer aanwezig zijn. De trainer verdeelt de kinderen over de velden.
- De kinderen en trainers/begeleiders zorgen er voor altijd de afstand van 1,5 meter in acht te nemen.
- Trainers bereiden oefeningen voor die aan de 1,5 meter afstand voldoen. Ze krijgen ook voorbeeldoefeningen.

EHBO

Er zijn EHBO voorzieningen op het Albatross terrein, maar we nemen ook onze eigen EHBO doos mee.

Hygiëne en toilet mogelijkheden

Op de locatie hebben we de beschikking over desinfectie alcohol (70%) en papier om de ballen te reinigen.

Daarnaast is er voor het reinigen van de handen desinfecterende hand gel aanwezig. Trainers wordt geacht om voor aanvang en na afloop van iedere training de handen te reinigen. Sporters wordt gevraagd voor vertrek thuis de handen goed te wassen.

Er is een toilet beschikbaar voor trainers die langer aanwezig moeten zijn op het terrein, maar wordt bij voorkeur niet gebruikt. Voor sporters is gebruik alleen in noodgevallen toegestaan. Het toilet wordt regelmatig professioneel gereinigd. Laat kinderen als ouders/begeleiders verplicht voor de training naar het toilet gaan.

Brengen en halen

Kinderen wordt gevraagd zoveel mogelijk alleen op de fiets te komen. Is dat niet mogelijk dan vergezeld door 1 ouder/verzorger.

Kinderen tot en met 12 die op de fiets komen stallen hun fiets in de fietsenstalling. De jeugd boven de 12 die op de fiets komen stallen hun fiets ruim uit elkaar op de grasstrook parallel aan het kunstgrasveld naast de parkeerplaats.

Uiterlijk 10 minuten voor aanvang van de training aanwezig. Je kan op de parkeerplaats wachten tot de trainer het hek opent en jullie begeleidt naar de velden.

De vertrekkende groep wordt door de trainer naar buiten begeleid tot aan het hek. Ouders en/of begeleiders kunnen kinderen dus ophalen bij het hek, maar kunnen niet het terrein op.

Na afloop van de training wordt iedereen verzocht om ook direct naar huis te gaan. Blijven hangen is niet toegestaan ook niet buiten het hek.

Verhinderd

Mocht je verhinderd zijn om op de training te komen wil je dit dan uiterlijk 1 uur voor de training aan de trainer laten weten in de groepsapp!

Trainingsrooster

DAG	TRAINING 18:00-19:00	WISSEL 19:00-19:30	TRAINING 19:30-20:45
Maandag	reserve		Jeugd MA
Donderdag	Mini N2/4		Jeugd MB

Tijdens de wisselmomenten mag niet doorgetraind worden!