

## 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	6
Trainingen	7
EHBO	7
Hygiëne en toilet mogelijkheden	8
Brengen en halen	8
Verhinderd	8

## Algemeen

Met ingang van 12 april 2021 bieden we als volleybalverenigingen weer buiten volleybal aan. Dit document beschrijft de voorschriften zoals DIO Volleybal en Primavo die hanteren voor de trainingen. 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 en SV Ordenbos. Alles wat je zelf doet/ je kinderen doen op andere locaties is op eigen verantwoording en niet die van DIO Volleybal of Primavo. Voorbeeld: de Beach velden op het Zwitsalterrein is openbare ruimte en valt niet onder de verantwoordelijkheid van DIO Volleybal of Primavo.

## Algemene maatregelen

De maatregelen zoals die al langere tijd in Nederland gelden blijven ook op het Albatross veld en Ordenbos 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;
- vermijd het aanraken van je gezicht;
- schud geen handen;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor de training aan 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;
- sporters tot en met 26 jaar mogen op de sportaccommodatie in team verband sporten en zonder de 1,5 meter afstand in acht te hoeven nemen;
- sporters vanaf 27 jaar mogen buiten op sportaccommodaties met maximaal vier mensen sporten. Voorwaarde is wel dat zij 1,5 meter afstand houden. Er kunnen meerdere groepjes van maximaal 4 personen tegelijkertijd op een veld sporten, mits zij zich duidelijk als aparte groepjes bewegen;
- Indraaien, doorschuiven naar andere tegenstander, gaan meedoen met ander team is niet toegestaan;
- zorg dat er zo min mogelijk materialen gedeeld moeten worden;
- zorg dat de training klaar staat als de spelers het veld op komen zodat je gelijk kunt beginnen;
- maak vooraf (gedrags)regels duidelijk;
- wijs op het belang van handen wassen (inclusief de onderarmen) en laat geen handen schudden;
- help iedereen om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek spelers 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 spelers niet eerder toe dan 10 minuten voor de starttijd van de training/activiteit. De spelers moeten na afloop direct vertrekken.
- laat spelers 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 en onderarmen na iedere training;

Mocht er bij een volwassenenteam geen trainer zijn, dan kiest het team een verantwoordelijke. Kader van Primavo, DIO Ugchelen en/of Albatross kan ingrijpen indien nodig.

## Maatregelen voor sporters

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

- kom alleen naar het Albatross veld of SV Ordenbos 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 of SV Ordenbos;
- kom in sportkleding naar het Albatross veld of SV Ordenbos. 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 of SV Ordenbos 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 27 jaar en senioren 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 desinfecteren.
- neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- verlaat direct na de training het Albatross veld of SV Ordenbos.

## 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

- De regels voor maximale samenkomst- en gezelschapsgrootte gelden niet voor kinderen tot en met 12 jaar. Voor jongeren van 13 jaar en ouder gelden de maatregelen wel. Dus ook na het sporten
- bij trainingen voor 13 t/m 27 jarigen houdt 1,5 meter afstand voor en na het sporten en tijdens de rustmomenten.
- Bij trainingen voor senioren (27+) houdt continu 1,5 meter afstand ook tijdens de training.
- Bij trainingen van kinderen vanaf 13 jaar en van de volwassenen (27+) mogen er maximaal 4 sporters en 1 trainer op een veld. Bij kinderen t/m 12 jaar geldt dat niet.
- Eigen veld: Sporters blijven continue op hun eigen veld in dezelfde samenstelling. 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.
- Indraaien, doorschuiven naar andere tegenstander, gaan meedoen met ander team is niet toegestaan;
- 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 of Primavo 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 of SV Ordenbos leiding kan ook de trainer aanspreken op het naleven van het protocol.

## Maatregelen praktische invulling

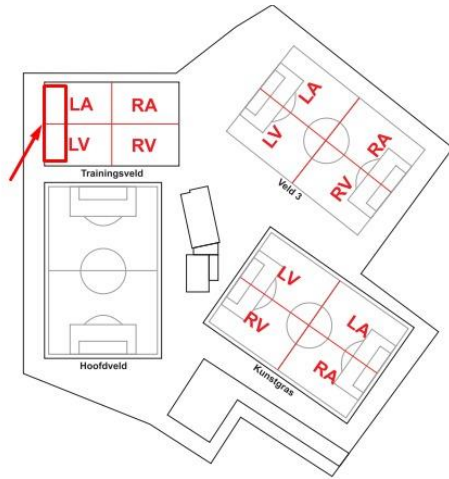
Om op het sportveld de eerdere maatregelen correct uit te voeren heeft Albatross voor hun eigen sporters gastheren/gastvrouwen rondlopen die alles goed in de gaten houden. Hier kunnen we mee te maken krijgen. De rol van de gastheer/gastvrouw zorgt ervoor :

- 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.

Bij SV ordenbos is er geen gastheer/gastvrouw aanwezig. Hier trainingen alleen volwassenen en daarom wordt dit niet nodig geacht.

## Trainingen

Om te trainen zijn er twee volleybalvelden bij Albatross (zie pijl). In het Ordenbos zijn er 4 grasvelden beschikbaar en 4 beachvelden.



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 27 en senioren geldt voor het trainen onderstaande:

- Per trainingsgroep zijn er enkele volleybalvelden beschikbaar.
- Per veld mogen op elk moment maximaal 4 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.

## EHBO

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

### Hygiëne en toilet mogelijkheden

Op locatie hebben we de beschikking over desinfectie middelen om de ballen en materiaal te reinigen.

Daarnaast is er voor het reinigen van de handen desinfecterende handgel 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 bij Albatross 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. Bij SV Ordenbos is er geen sanitaire voorziening.

### Brengen en halen

Kinderen wordt gevraagd zoveel mogelijk alleen op de fiets te komen. Is dat niet mogelijk dan vergezeld door 1 ouder/verzorger. Het zoveel mogelijk per fiets komen geldt ook voor de senioren.

Kinderen tot en met 12 die op de fiets komen stallen hun fiets in de fietsenstalling. De jeugd boven de 12 en senioren 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!