

CORONA-RICHTLIJN INDOORTRAININGEN CIVITAS, AUGUSTUS 2020

Inleiding

We mogen weer de hal in! Op naar het nieuwe seizoen! Eind juni heeft het kabinet besloten dat, onder bepaalde voorwaarden, ook weer binnen gesport mag gaan worden vanaf 1 juli 2020. Zoals voor de zomervakantie al aangegeven, hebben wij er in overleg met de gemeente voor gekozen om m.i.v. 24 augustus (einde schoolvakantie) weer te starten met de trainingen in de hal. Om dat **per 24 augustus** ook daadwerkelijk voor elkaar te kunnen krijgen, zijn we in samenwerking met en binnen de richtlijnen van de gemeente, aan de slag gegaan om het **volleyballen voor iedereen** in de hal weer mogelijk te maken.

Binnen de richtlijnen van de gemeente, en de Veiligheidsregio Limburg-Noord heeft het bestuur i.s.m. de TC praktische richtlijnen opgesteld, die er voor moeten zorgen dat iedereen weer leuk EN veilig de zaal in kan om te volleyballen. Deze vinden jullie in dit nieuwe 'Corona-protocol'. **Lees dit goed door en hou je aan de afspraken die hier in staan! Dat geldt dus voor IEDEREEN!**

Let op: dit protocol geldt voor de trainingen, voor de wedstrijddagen en het kantinegebruik volgt later nog een aanvullend/afzonderlijk protocol!

Afspraken en uitgangspunten

Algemeen

- *Maak elkaar in je team/groep duidelijk dat 'Corona' en de bijbehorende maatregelen en richtlijnen een serieuze aangelegenheid is en spreek elkaar aan op het moment dat er niet naar de aangegeven richtlijnen wordt gehandeld (hoe tegenstrijdig/'overdreven' deze ook ervaren mogen worden). Als we weer willen volleyballen, hebben met z'n allen en als club geen andere keuze dan de aangegeven richtlijnen te volgen!*
- **Deelname** aan verenigingstrainingen of –activiteiten van volleybalvereniging Civitas tijdens de Corona-crisis vindt **plaats op basis van vrijwilligheid en op eigen risico.**
- *Het bestuur en kaderleden van volleybalvereniging Civitas zijn niet verantwoordelijk en/of aansprakelijk voor gezondheids- en/of andersoortige risico's en/of de eventuele gevolgen daarvan als gevolg van het deelnemen aan verenigingstrainingen of –activiteiten tijdens de Corona-crisis.*

Vorbereiding

- Thuis omkleden en douchen. Handen wassen voor vertrek. Kleedkamers en douches zijn **vooral nog niet beschikbaar**. Dit wordt veroorzaakt door het feit dat er geen kruisverkeer bij binnenkomst en verlaten van de hal mag ontstaan en de benodigde 1,5 m afstand (ook in de kleedlokalen/douches) onvoldoende in acht kan worden genomen. De gemeente werkt nog aan een oplossing. Tot nadere berichtgeving zijn douches en kleedkamers dus helaas niet beschikbaar.
- Ga voor vertrek naar het toilet, tijdens de training is toiletgebruik alleen in noodgevallen mogelijk.
- Kom alleen/op eigen gelegenheid naar de training
- Voor 13 jaar en ouder: draag een mondkapje wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar de training gaan
- Volg bij binnenkomst en het verlaten van de hal de aangegeven routing en looprichtingen

- Gebruik de handgel bij de ingang (desinfectiepaal)
- Zorg dat je hooguit 10 minuten van te voren aanwezig bent. Verwisselen van schoeisel dient in de zaal plaats te vinden. Daar kun je ook je evt spullen/tas neerleggen zoals te doen gebruikelijk
- Na de training gaat iedereen direct naar huis, behoudens ingeval van kantinebezoek
- *Kantine is m.i.v. 31 augustus weer tijdens trainingsavonden geopend. Hiervoor gelden aanvullende/andere richtlijnen, welke op dit moment door de kantinecommissie nader worden uitgewerkt en nog zullen worden gecommuniceerd*
- Neem je eigen *gevulde* bidon mee. Kraangebruik om te drinken is alleen in noodgevallen beschikbaar
- Neem géén eigen materialen mee. Er worden alleen ballen/materialen van de club gebruikt, zoals te doen gebruikelijk
- Hou je aan de zaalindeling zoals aangegeven in het toegestuurde trainingsschema (staat ook op de website). Het is *mogelijk* dat de tussenwanden niet gebruikt kunnen worden i.v.m. de te hanteren routing en looprichtingen
- De aanwezige trainer op veld 2 (zie overzicht zaalindeling) en/of de aanwezige beheerder vormen het centrale aanspreekpunt voor evt. vragen

Tijdens de training

- Er wordt getraind op basis van de toegestuurde nieuwe team/groepsindeling voor het nieuwe seizoen
- Binnendeuren (toegang naar de hal) open zetten/blijven open i.v.m. ventilatie (klemblokje in de Corona-box)! Buitendeuren en ramen mogen evt ook open (sluiten na laatste training)
- Trainers houden per training een presentielijst bij t.b.v. een evt. contactonderzoek in het kader van een mogelijk besmettingsgeval
- Iedereen heeft de 'plicht' om teamgenoten met gezondheidsklachten uit te sluiten van de training
- Er vindt geen fysiek contact plaats tijdens de training (yellen, handen schudden, high fives, etc)
- Vermijd geforceerd stemgeluid, zoals schreeuwen, zingen en juichen
- Trainers en spelers in de leeftijdscategorie van 19 jaar en ouder houden tijdens rustmomenten/warming-up zoveel en voorzover mogelijk ten minste 1,5 m afstand
- Alleen de ballen en evt andere materialen van de club worden gebruikt tijdens de training
- Na de training worden ballen, contactpunten, materialen gedesinfecteerd (desinfectant, handgel en doekjes zijn per veld aanwezig in een 'Corona-box' die in de ballenwagen (per veld) wordt opgeborgen. Na de training deze box ook weer in de ballenwagen opbergen!). Gebruik de vochtige doekjes of anders droog papier bevochtigen met desinfectant/spray. Dit om slijtage aan de ballen te beperken.
- Transpiratieplekken op de vloer per veld schoonmaken met de vloerwisser die in de hal aanwezig is (berging veld 2)
- Tijdens de training/oefeningen wordt gemengd gebruik van ballen en materialen zoveel mogelijk voorkomen
- Je blijft tijdens de training op je eigen veld
- Je raakt het net en de netpalen zo min mogelijk aan
- Je vermijdt het aanraken van je gezicht
- Toeschouwers/ouders tijdens de trainingen zijn niet toegestaan!



De organisatie en begeleiding van deze 'herstart' heeft nogal wat extra inspanning van bestuur en TC gekost en er zullen hier en daar zeker nog een aantal dingen niet helemaal goed gaan, maar met begrip en medewerking van iedereen zal het ons samen lukken om iedereen ook binnen weer lekker te laten volleyballen! We rekenen op jullie en wensen jullie veel plezier!

Bestuur en TC Civitas

BIJLAGE 1: VOOR DE TRAINERS EN BEGELEIDERS

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- maak je team/groep/spelers duidelijk dat 'Corona' en de bijbehorende maatregelen en richtlijnen een serieuze aangelegenheid is en spreek ze aan op het moment dat er niet naar de aangegeven richtlijnen wordt gehandeld (hoe tegenstrijdig/'overdreven' deze ook ervaren mogen worden). Als we weer willen volleyballen, hebben met z'n allen en als club geen andere keuze dan de aangegeven richtlijnen te volgen!
- vraag in de teamapp('s) duidelijk wie er wel/niet wil(!) komen. Het gaat o.b.v. vrijwilligheid en eigen risico;
- kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer (fiets of te voet) naar de accommodatie waar je training gaat geven;
- je houdt per training een presentielijst bij t.b.v. een evt. contactonderzoek in het kader van een mogelijk besmettingsgeval
- blijf zoveel als mogelijk bij je eigen trainingsgroep en op 1,5 meter afstand;
- Vermijd geforceerd stemgeluid, zoals schreeuwen, zingen en juichen
- Na de training worden ballen, contactpunten, materialen gedesinfecteerd (desinfectant, handgel en doekjes zijn per veld aanwezig in een 'Corona-box' die in de ballenwagen (per veld) wordt opgeborgen. Na de training deze box ook weer in de ballenwagen opbergen!). Gebruik de vochtige doekjes of anders droog papier bevochtigen met desinfectant/spray. Dit om slijtage aan de ballen te beperken.
- Transpiratieplekken op de vloer per veld schoonmaken met de vloerwisser die in de hal aanwezig is (berging veld 2)
- Tijdens de training/oefeningen wordt gemengd gebruik van ballen en materialen zoveel mogelijk voorkomen
- Train (indien en zoveel) mogelijk in vaste samenstellingen/groepen
- Publiek/ouders bij de training is niet toegestaan. Stuur ouders/publiek weg op basis van de deze en de algemene richtlijnen;
- Aan het einde van de training gaat iedereen meteen naar huis, behoudens kantinebezoek;
- zie voor de overige algemene zaken op pag 1 'voorbereiding' en 'tijdens de training' en Bijlage 2;

BIJLAGE 2: VEILIGHEID- EN HYGIENEREGELS VOOR IEDEREEN

Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren.

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop
- 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;
- blijft thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je 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;
- was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie;
- douche thuis en niet op de sportlocatie;
- vermijd het aanraken van je gezicht;
- schud geen handen;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis, behoudens kantinebezoek.

RICHTLIJNEN BINNENSPOORT IN VERBAND MET CORONA



Max. 10 minuten voor
aankomst aanwezig. Verlaat
direct na de sportactiviteit
de locatie.



1,5 meter

Personen/begeleiders van
18 jaar en ouder houden
1,5 meter afstand tot elkaar
en tot de pupillen.

Personen van 18 jaar en
ouder houden 1,5 meter
afstand tot elkaar voor en
na het sporten.



Iedereen wast voor
en na de training
de handen.



Blijf thuis als je
verhouden of
griepig bent.



Laat kinderen zoveel
mogelijk hun eigen
materialen gebruiken.
Reinig/desinfecteer
gedeelde materialen
direct na gebruik.



Gemeente Venlo
verdeelt de voorzieningen
onder de verenigingen
en geeft aan op welke
momenten, welke groepen
een sportactiviteit
organiseren.



Toeschouwers
(dus ook ouders) zijn
NIET toegestaan bij
de training, tenzij dat
in specifieke gevallen
noodzakelijk is.



Kinderen komen zelfstandig
naar de activiteit of worden
gebracht tot de deur.



Kom in je sportkleding,
klederkamers en daaches
zijn gesloten.



www.venlo.fit

BIJLAGE 4: ROUTING SPORTHAL (wordt per 24 augustus nog gewijzigd).

