



REGELS IVM CORONA OP HET SEW COMPLEX

STANDAARDREGELS:

- Houd je aan de 1,5 meter afstand voor iedereen 18jr. en ouder op het gehele complex
- Gebruik je gezonde verstand
- Blijf thuis bij klachten (ook al zijn ze maar licht) en laat je testen. Blijf ook thuis als iemand in je huishouden klachten heeft.
- Blijf 10 dagen thuis als je in contact bent geweest met iemand die besmet is of als je uit een code oranje/rood land bent teruggekeerd.
- Vermijd drukte
- Hoest/nies in je elleboog en maak gebruik van papieren zakdoekjes
- Was regelmatig je handen met water en zeep. OOK na toilet gebruik (gebruik deze zoveel mogelijk thuis)
- Schud geen handen
- Bij constatering van ziektesymptomen kan men naar huis gestuurd worden, alsmede bij het niet opvolgen van de regels.
- Respecteer en volg alle aanwijzingen op die gevraagd worden van eenieder.
- U mag niet hardop juichen en zingen.
- Houd je aan de regels die gelden volgens KNVB, NOC*NSF, RIVM en de overheid.

KLEEDKAMERS, KLEEDKAMERGANGEN EN TOILETTEN BIJ DE KLEEDKAMERS EN SPELERS:

- Hier gelden ook de standaardregels zoals boven omschreven.
- Schud geen handen en geef geen high-fives of boks, vermijd het aanraken van je gezicht.
- **Geen toegang voor ouders en toeschouwers in de kleedkamers en in de kleedkamergangen en de toiletten bij de kleedkamers**
- Elk team krijgt 1 kleedkamer ter beschikking
- Per kleedkamer mogen 8 personen 18 jaar en ouder tegelijk in de kleedkamer. Dit geldt voor voor en na de wedstrijd en tijdens de rust.
- Beperkt gebruik van kleed- en doucheruimte!! Waar mogelijk liever thuis omkleden voor en douchen na de wedstrijd
- Bij 18 jaar en ouder dan dienen de spelers in de kleedkamers ook 1,5 meter afstand te houden en alleen gebruik te maken van de douches die niet zijn afgeplakt met zwart/geel tape. Dus alleen douche 1, 3 en 5 per kleedkamer mogen worden gebruikt. Dus er mogen 3 personen 18 jaar en ouder tegelijk douchen.
- Voor jeugdspelers tot 18 jaar mag het gehele team gebruik maken van de kleedkamer en 1 begeleider mag in de kleedkamer. Deze spelers mogen alle 5 de douches gebruiken.



VERVOLG REGELS IVM CORONA OP HET SEW COMPLEX

KLEEDKAMERS, KLEEDKAMERGANGEN EN TOILETTEN BIJ DE KLEEDKAMERS EN SPELERS

- Desinfecteer na gebruik de kleedkamer met de daarvoor bestemde middelen, dit geldt voor elk team die gebruik maakt van de kleedkamers zowel voor jeugd als senioren en selectie

SPEELVELD EN DUGOUT:

- Hier gelden ook de standaardregels zoals op vorige pagina omschreven.
- **Eigen bidons meenemen, maak geen gebruik van iemand anders zijn/haar bidon**
- Bij 18 jaar en ouder dien je in de dugout ook 1,5 meter afstand te nemen. Hierdoor kan misschien niet iedereen in de dugout zitten, maar daarvoor hebben we stoeltjes die je samen met degene die bestuursdienst heeft kunt helpen met neerzetten en wel tussen de dugout en de hoekvlag en ook 1,5 meter van elkaar af.
- Als je meedoet aan de wedstrijd hoef je géén 1,5 meter afstand van elkaar te houden, dit geldt voor alle spelers, dus ook voor 18 jaar en ouder. Zodra je het spel verlaat naar de dugout of van het veld afgaat dien je de 1,5 meter regel weer in acht te nemen. Geldt ook bij inlopen.
- Niet spugen op het veld
- Als het team op het veld blijft tijdens de rust, dan kunnen de spelers en de coaches en begeleiders alleen gebruik maken van hun eigen bidon met water. Op het veld mag géén andere vorm dan water genuttigd worden.
- Als coach van uw team kunt u aangeven, bij degene die bestuursdienst heeft, of u toch thee/limonade in de rust wilt hebben. Dit dient in de kleedkamer of buiten de kleedkamers of buiten genuttigd te worden (niet op het veld). Ook hier geldt dat er bij 18 jaar en ouder 1,5 meter afstand gehouden moet worden en dat er maximaal 8 personen tegelijkertijd in de kleedkamer mogen.
- Schud geen handen en geef geen high-fives of boks, vermijd het aanraken van je gezicht
- Voorkom zoveel mogelijk contact met de bal met je handen en met je hoofd
- Houd je aan de regels die gelden volgens KNVB, NOC*NSF, RIVM en de overheid.

OUDERS EN TOESCHOUWERS:

- Tot nader order zijn ouders en toeschouwers niet welkom op de sportaccommodatie tijdens wedstrijden en trainingen.