



Veiligheidsprotocol buiten trainen G.S.V.V. Veracles

Er mag weer buiten gevolleybald worden! Wij zijn daar uiteraard net zo blij mee als jullie, maar om te genieten van de sport dient iedereen zich aan de veiligheidsregels te houden die hieronder beschreven staan. Er zijn drie grasvelden bij de golfafslag op de Zernike campus die we delen met Kroton en Donitas. Je mag max 5 minuten voor je training en 10 minuten na je training aanwezig zijn bij het veld en ten alle tijden houd je rekening met de 1,5 meter regel. Het trainingsschema vinden jullie binnenkort op de site, als deze beschikbaar is horen jullie dat van ons.

Het veiligheidsprotocol hebben we opgesteld op basis van de inzichten die we op dit moment hebben. Het kan zijn dat er nog aanpassingen plaatsvinden om alles beter en efficiënter te laten verlopen, dit laten we jullie dan uiteraard weten.

De velden

- De velden die we gebruiken zijn beachvolleybalvelden van 8 bij 8 meter. De lijnen blijven liggen, maar de netten moeten elke dag door het eerste team worden opgebouwd en door het laatste team worden afgebouwd. Doe dit met maximaal twee personen, houd hierbij 1,5 meter afstand.
- Alleen de trainer mag tussendoor de netten verstellen.

De ballen

- Voor elk veld zijn 5 ballen beschikbaar.
- De ballen liggen in het hok voor de gevonden voorwerpen tegenover de balie in het Sportcentrum. Deze dienen door 1 persoon te worden opgehaald voor aanvang van de eerste training (trainer of speler).
- Na elke training dienen de ballen door 1 persoon te worden gedesinfecteerd, desinfectiegel zal bij de velden aanwezig zijn.

Volleyballen op 1,5 meter afstand

- Tijdens het volleyballen blijf je op anderhalve meter afstand van elkaar.
- Dit betekent dat je geen high fives aan elkaar geeft. Ook kleding, tassen en schoenen van verschillende personen dienen anderhalve meter uit elkaar te liggen.
- Blokkeren is niet toegestaan.
- Je speelt met maximaal 8 personen per veld.

Als je klachten hebt, blijf je thuis

- Zoals het RIVM heeft vermeld blijf je met klachten thuis; koorts van 38 graden of hoger; niezen; hoesten; keelpijn. Ook als iemand in je huishouden last heeft van klachten moet je thuisblijven. 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.

Zit zo min mogelijk aan je gezicht, hoest en nies in je elleboog

Voor de trainingen desinfecteer je je handen

- Bij de velden staan desinfectiemiddelen die je hiervoor kunt gebruiken

Desinfecteren van de ballen

- Er worden uitsluitend ballen gebruikt van het sportcentrum die na elke training gedesinfecteerd worden door 1 persoon van het team wat net heeft getraind. Dat betekent dus na elk tijdsblok 3 personen totaal.



Wisseltijd

- Tussen de trainingsblokken zit een kwartier wisseltijd. Na de training moet je binnen 10 min vertrekken en voor de training mag je max 5 minuten aanwezig zijn. Dit om de 1.5 meter te kunnen hanteren.

Omkleden en toiletbezoeken

- Er zijn geen kleedkamers open, je moet dus thuis je sportkleden al aan doen en je kan tijdens/na de training geen flesjes vullen of toiletbezoeken plegen.
- Het toilet in de gang voor de Sportsbar is bij hoge nood toegankelijk voor sporters. Volg de instructies voor veilig gebruik ter plaatse.

Leest het protocol voor verenigingssporters vanuit de ACLO

- <https://www.aclosport.nl/content/uploads/2020/05/Protocol-Verenigingssporter.pdf>

Op het terrein loopt een toezichthouder van het sportcentrum. Dit is ook jullie aanspreekpunt. Deze regels zijn opgesteld om een mogelijkheid tot trainen te bieden, het is van groot belang je ook écht aan de regels te houden! Voel je verder absoluut niet verplicht om deel te nemen aan deze trainingen, als je je er niet fijn bij voelt kun je er natuurlijk ook voor kiezen om niet te komen trainen.

Met vragen kan je terecht bij Jet via voorzitter@veracles.nl of 0637409053