

# SPECIALE REGELS VOOR IEDEREEN

De overheid stelt voorwaarden aan het hervatten van de trainingen bij Oliveo Handbal. Bij overtreding zijn maatregelen mogelijk, zoals het weer verbieden van trainingen voor spelers of zelfs de hele club. Dat willen we niet.

**Daarom houdt iedereen zich aan onderstaande regels!**

## Iedereen

### Voorkom besmetting

- Hoest en nies in elleboog
- Gebruik papieren zakdoekjes
- Vermijd aanraken van gezicht
- Schud geen handen
- Hou 1,5 meter afstand

### Blijf thuis als...

- Je verkouden/griepig bent en/of bij hoesten, benauwdheid of koorts
- Iemand in jouw huishouden koorts heeft, benauwd is of positief getest is op Corona

### Kantine en gebouw

- Kantine is verboden terrein voor Oliveo (alleen Skippy)
- Pak trainingsmaterialen buitenom
- Fitnessruimte, bestuurskamer, tribune en alle sporthallen zijn verboden terrein

### Ouders

- U heeft geen toegang tot sportlocatie en -velden
- Laat kinderen - als dat kan - op eigen gelegenheid komen
- Na training kunt u kinderen ophalen op parkeerterrein
- Kom niet toeschouwen tijdens training
- Vertel vooraf de regels aan de kinderen

## Handballers

### Voor vertrek

- Ga thuis naar toilet. Moet je tóch naar toilet? Dan via horecadeur naar binnen
- Was thuis je handen met zeep
- Neem handgel mee om handen en materiaal tijdens en na de training te reinigen
- Neem genoeg kleding en gevulde bidon mee
- Wees 'ready-to-go' bij aankomst
- Kom alleen als je een geplande training hebt
- Kom - als het kan - op eigen gelegenheid
- Laat toeschouwers thuis
- Kom maximaal 5 minuten voor training aan
- Spelers van 19 jaar en ouder mogen niet meetrainen met jeugd tot en met 18 jaar
- Het volgen van trainingen is vrijwillig

### Tijdens en na training

- Je mag overspelen met een bal, mits deze vooraf is gedesinfecteerd
- Als bal is aangeraakt met gezicht, mag deze niet meer gebruikt worden (totdat gedesinfecteerd)
- Trainingen op het veld voor jeugd (tot en met 18 jaar): geen beperking in aantal personen, en spelcontact is toegestaan
- Senioren en jeugd (19 jaar en ouder): Hou 1,5 meter afstand van iedereen
- Volg altijd aanwijzingen op van trainers en kaderleden
- Geef geen handen of high fives
- Gebruik zoveel mogelijk eigen handbal en materialen
- Rouleer gedeelde materialen niet en reinig ze na gebruik grondig
- Douche niet bij Oliveo
- Ga na afloop direct naar huis



## Trainers

### Voor training

- Kom - als het kan - op eigen gelegenheid
- Hou 1,5 meter afstand van iedereen
- Weet vooraf wie er aanwezig is bij training
- Laat kinderen maximaal 5 minuten van te voren toe op het veld (gefaseerd)
- Gebruik de ingeplande 15 minuten tussen trainingen voor wisselen van groepen
- Zorg dat training klaar staat bij start
- Gebruik handschoenen als je trainingsmaterialen uitzet
- Slechts één trainer mag via 'Horecadeur' de sleutel van buitenberging pakken
- Regel één 'corona-verantwoordelijke' (per veld), herkenbaar aan hesje. Deze ziet erop toe dat regels worden opgevolgd. Is deze er niet, dan geen training
- Het geven van trainingen is vrijwillig

### Tijdens en na training

- Laat kinderen in afgebakende ruimtes trainen
- Laat kinderen zoveel mogelijk met eigen handbal en materialen spelen
- Doe oefening alleen met eigen bal voor. Geen fysiek contact met handballen van jeugd.
- Senioren en jeugd (19 jaar en ouder): Hou 1,5 meter afstand van iedereen.
- Senioren en jeugd (19 jaar en ouder): maximaal 14 sporters per veld. Geen spel-/lichaamscontact toegestaan.
- Senioren en jeugd (19 jaar en ouder): Niet met jeugd tot en met 18 jaar meetrainen.
- Vertel vooraf de regels aan de kinderen
- Spreek kinderen aan op overtreding van de regels
- Laat kinderen na afloop direct vertrekken

**alleen samen krijgen we  
corona onder controle**