Vanaf dinsdag 12 mei mogen we weer samen trainen in de buitenlucht. Dat is super goed nieuws maar we kunnen dat alleen doen als het veilig gebeurt. Daarom heeft Voordaan een doorvertaling gemaakt van de protocollen van NOC\*NSF en de KNHB om uit te leggen hoe het hockey wordt georganiseerd en welke veiligheidsregels in acht moeten worden genomen. De protocollen van de NOC\*NSF en de KNHB zijn terug te vinden op de website van de KNHB.

Voordaan doet er alles aan om de trainingen veilig te faciliteren. Trainers en aanvoerders worden speciaal geïnstrueerd om de trainingen veilig te verzorgen. Je bent als team echter zelf primair verantwoordelijk voor het welslagen van trainingen onder deze omstandigheden. De aanvoerder is de Corona begeleider van het team en is verantwoordelijk voor het naleven van het Corona protocol

Als we ons samen houden aan de richtlijnen in dit document, dan kunnen we veilig en leuk hockeyen!

**Samen Veilig Voordaan!**

**Per woensdag 13 mei geldt het volgende:**

* Volwassenen in de leeftijd vanaf 19 jaar mogen weer zonder begeleiding buiten sporten met elkaar, maar dan wel met 1,5 meter onderlinge afstand.

**Welke vind je terug in dit document?**

1. Veiligheids- en hygiëneregels voor iedereen
2. Bereikbaarheid, toegang en richtlijnen mbt het complex
3. Toegang tot het clubhuis
4. Voorbereiding op de training
5. Doel en organisatie van de training
6. Communicatie & rolverdeling

Bijlage: Plattegrond complex

1. **Veiligheids- en hygiëneregels voor iedereen**

* Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
* Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;
* Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);

* Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
* Blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
* Hockeyers boven 70 jaar en uit risicogroepen dienen zelf hun risico te analyseren of zij op buiten sportparken of in de openbare ruimte zich in groepen kunnen te begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts;
* Meld je 5 minuten voor de training aan zodat we rekening kunnen houden met de toestroom;
* Voor volwassenen vanaf 19 jaar is het toegestaan om met of zonder begeleiding in hardloop-, wieler- en andere sportgroepjes in de openbare ruimte te trainen. Hanteer hierbij de voorwaarden zoals opgenomen in de lokale noodverordening. Vermijd daarbij de drukte;
* Kom alleen naar Voordaan wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat;
* Kom zoveel mogelijk met de fiets naar Voordaan en vermijd waar mogelijk gebruik van het OV;
* Houd met reizen naar de sportlocatie rekening met de richtlijnen verkeer & vervoer van de Rijksoverheid;
* Kom in sportkleding naar de sportlocatie. Eventueel aanwezige kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
* Kom niet eerder dan tien minuten voor aanvang van de sportactiviteit naar de sportlocatie en wacht op aanvang op de daarvoor aangewezen plek;
* Volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, de Corona toezichthouder en bestuursleden; blijf bij je eigen trainingsgroep indien er meerdere trainingsgroepen op de sportlocatie actief zijn;
* Houd anderhalve meter afstand tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere sporters.
* Gebruik zoveel mogelijk alleen eigen materialen. Het reinigen van een voetbal en dergelijke is niet nodig. Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen met de daarvoor door de club beschikbaar gestelde ontsmettingsmiddelen;

* Neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
* Kom niet eerder dan 5 minuten voor de hockeytraining aan op Voordaan en ga direct na de training naar huis.

1. **Bereikbaarheid, toegang en richtlijnen mbt het complex**

* Het complex is alleen bereikbaar via de Lindelaan. Het complex is **niet** bereikbaar via het bospad dat achter Voordaan langs loopt.
* Kom vooral op de fiets!
* De gebruikelijke fietsenstallingen zijn buiten gebruik.
* Op drie alternatieve plekken zijn fietsenstallingen ingericht  
  1. op de parkeerplaats naast veld 2,   
  2. op de parkeerplaats naast veld 1,   
  3. bij veld 3.
* Fiets via de Lindelaan en parkeer je fiets op de parkeerplaats naast het veld waarop je traint. Train je op veld 3 of 4 dan parkeer je je fiets naast veld 3 op de aangegeven plekken. Anderen dan hockeyspelers van Voordaan mogen het terrein niet betreden.
* Kom je toch met de auto en laat je je afzetten, maak dan gebruik van de kiss & ride naast het veld waarop je traint. Op twee plekken is een kiss & ride ingericht.  
  1. op de parkeerplaats naast veld 2  
  2. op de parkeerplaats naast veld 1.
* Brengers die gebruik maken van de kiss & ride mogen niet uitstappen om het complex te betreden.
* Alle leden lopen naar en van het trainingsveld via duidelijk gemarkeerde looplijnen.
* Je loopt met anderhalve meter onderlinge afstand naar het trainingsveld. De aanvoerder zorgt dat deze afstand gehandhaafd wordt. Er zijn toezichthouders op het complex aanwezig die herkenbaar zijn aan hun gele hesjes. Zij kunnen aanwijzingen geven en volg je op.
* Kom je te laat, dan train je niet mee. Om het overzicht te bewaren, wil Voordaan voorkomen dat tijdens de training spelers die er niet thuishoren op het complex rondlopen.
* Direct na de training verlaat je het complex. Het clubhuis en de bar is niet open.

1. **Toegang tot het clubhuis**

* Het clubhuis is gesloten. De kleedkamers zijn dicht.
* Natuurlijk wordt er voor de volgende zaken gezorgd:
  1. We beschikken over EHBO en AED.
  2. Trainingsmaterialen liggen klaar op het veld en worden iedere training gedesinfecteerd.

**Voorbereiding op de training nu het clubhuis gesloten is?**

* Ga vóór de training thuis naar de WC;
* Kom in trainingskleding naar de training;

* Neem zo min mogelijk spullen mee en laat je tas staan **achter** het hek van het trainingsveld. Houd hierbij rekening met 1,5 meter afstand;
* Gebruik van dug-outs is verboden;
* Neem zelf genoeg te drinken mee. Maak alleen gebruik van je eigen bidon;
* Ga meteen na de training van het trainingsveld af en loop via de gemarkeerde looplijnen direct naar je fiets;
* Blijven hangen na de training mag niet.

1. **Voorbereiding op de training**

Alle spelers moeten zich volgens de onderstaande richtlijnen voorbereiden op de training.

* Kom op de fiets!
* Kom **op tijd**! Op tijd betekent: 5 minuten vóór aanvang van je training. Kom niet te vroeg. Geef de spelers die vóór jou getraind hebben de ruimte om naar huis te gaan. Kom niet te laat want dan train je niet meer mee.

* Om het overzicht te bewaren, willen we voorkomen dat tijdens de training spelers die niet trainen op het complex rondlopen.

1. **Doel en organisatie van de trainingen**

Het doel van alle trainingen is elkaar weer te ontmoeten en lekker te bewegen na een periode van thuis zitten.

* **We starten op woensdag 13 mei**.
* Vanwege de beperkte veldcapaciteit trainen alle teams één keer per week
* De topteams, die trainen 2 keer per week.
* We proberen teams zoveel mogelijk op de dag en tijd die zij gewend waren te laten trainen, maar dit kan helaas niet in alle gevallen.

**De trainingen**

* Spelers mogen trainingsmaterialen niet met hun handen aanraken; ze mogen alleen met hun stick de bal raken. Trainers/aanvoerders zien daarop toe.
* Trainingsmaterialen inclusief ballen staan in een tas klaar in het clubhuis en wordt door de aanvoerder van het eerste seniorenteam dat traint opgehaald.
* De aanvoerder van het laatste team dat traint neemt de tas met trainingsmaterialen en ballen mee naar het clubhuis en ontsmet deze met de daarvoor beschikbare ontsmettingsmiddelen die voor het clubhuis staan

De trainingen zijn zo ingericht dat de anderhalve meter afstand zo goed mogelijk gegarandeerd kan worden.

Iedereen traint met één team op één veld (dus niet zoals gebruikelijk op een half veld).

Er zijn **maximaal 20 spelers inclusief begeleiding** op het veld toegestaan.

* De oefeningen worden aangepast. Het team wordt in twee groepen gesplitst, dan heb je een ‘heel half veld’ per acht spelers.

De club verzorgt een alternatief programma met oefeningen waarbij anderhalve meter afstand in acht genomen kan worden. Aanwijzingen door een trainers worden zoveel mogelijk één op één gegeven, en maximaal aan drie spelers tegelijkertijd.

1. **Communicatie & rolverdeling**

* Het Bestuur communiceert dit protocol als richtlijn voor alle leden.
* Het wedstrijdsecretariaat communiceert met de aanvoerders over praktische en organisatorische zaken.
* Het wedstrijdsecretariaat is aanspreekpunt voor de aanvoerders en trainers en zij zijn aanspreekpunt voor hun team.
* De aanvoerder is de Corona begeleider van het team en ]heeft de coördinerende rol (nu meer dan anders):
  + Aanvoerders wordt gevraagd om 10 minuten voor de training aanwezig te zijn om hun team op te vangen bij het veld waar ze trainen.
  + Aanvoerders wordt gevraagd het team te instrueren m.b.t. het Corona protocol
  + Aanvoerders zijn verantwoordelijk voor het naleven van het Corona protocol door het gehele team
* Het wedstrijdsecretariaat communiceert het trainingsschema op de website en in de app, en houdt contact met de aanvoerders.

Om de trainingen in Coronatijd zo soepel mogelijk te laten verlopen, zijn er de volgende rollen geïdentificeerd. Alleen mensen die deze rollen vervullen, mogen op het complex komen tijdens de trainingen.

|  |  |
| --- | --- |
| **Rol** | **Taak tijdens de training** |
| Trainer | Trainingsinstructie |
| Aanvoerder = Corona begeleider binnen het team | Training geven als er geen trainer is, opvangen van teamleden en begeleiden naar het veld, toezicht houden op naleven van de regels (anderhalve meter afstand; tassen achter het hek; geen toeschouwers op het complex etc.) |
| Toezichthouder (herkenbaar aan geel hesje) | Helpen toezicht houden op het naleven van de regels (anderhalve meter afstand; tassen achter het hek; geen toeschouwers op het complex etc.) |