



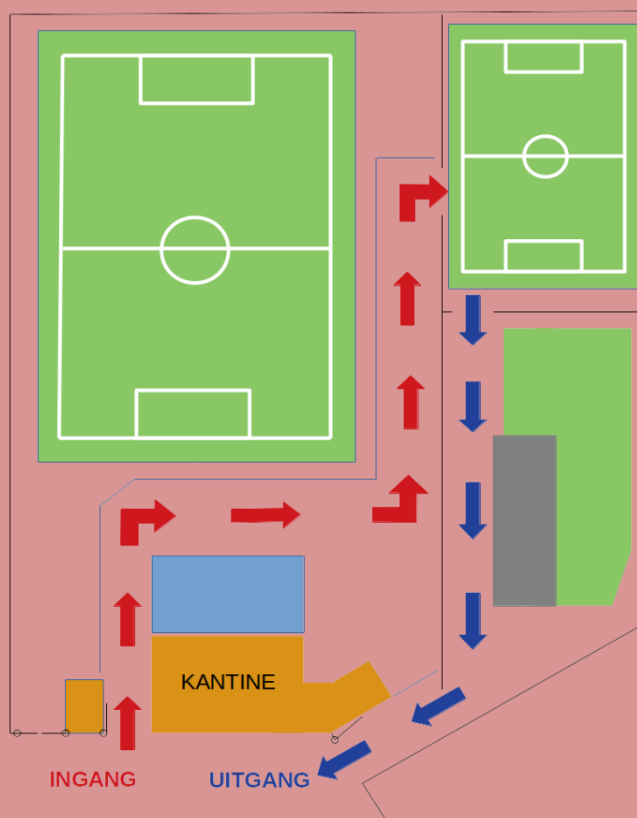
# Corona protocol V.V. Gouderak voor trainers



We mogen weer gaan trainen! Fijn nieuws voor iedereen die staan te trappelen om weer lekker te gaan sporten en fijn dat jullie hier als trainer ook voor willen inzetten! Vanaf dinsdag 19 mei starten de trainingen weer op. **Let op! Er zijn wijzigingen in de trainingstijden en aanmelden bij de trainer (Raymond Noordam) is per training verplicht. Het maximale aantal deelnemers per training is 20 personen. Zorg er dus voor dat je op tijd bent aangemeld!**

Heren Senioren	Dinsdag en Donderdag	19:45 – 21:00
Dames Senioren	Woensdag	21:15 – 22:15

We benadrukken dat we nog steeds zeer voorzichtig moeten zijn en dat het allerbelangrijkste blijft de risico's zo klein mogelijk te maken. De opstart van het weer gezamenlijk sporten is daarom aan veel **verplichte** voorwaarden onderhevig. Met behulp van de Gemeente Krimpenerwaard en de KNVB zijn er daarom protocollen opgesteld. Deze protocollen willen wij hierbij graag met jullie delen. Op het complex van V.V. Gouderak zal tijdens alle trainingen altijd iemand zichtbaar aanwezig zijn om één en ander te coördineren en de regels te bewaken, maar wij vragen jullie om zelf de protocollen ook goed door te nemen! Alleen als we dit met z'n allen goed doen, dan kunnen we de komende tijd garanderen dat we lekker kunnen blijven trainen. Als vereniging zijn wij verantwoordelijk voor het handhaven van de protocollen. Bij (herhaaldelijk) overtreden van de noodverordening zijn maatregelen mogelijk zoals het uitsluiten van deelname van (groepen van) personen tot zelfs het weer sluiten van de accommodatie. Dit laatste willen wij natuurlijk ten alle tijden met elkaar voorkomen!





# Corona protocol V.V. Gouderak voor trainers



## Voor trainers:

- kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de voetbalvereniging waar je training gaat geven;
- trainers, begeleiders en vrijwilligers van boven 70 jaar en uit risicogroepen dienen zelf hun risico te analyseren of zij zich op buiten sportparken of in de openbare ruimte in groepen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts;
- bereid je training goed voor. Voor de groepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ geldt: houd anderhalve meter afstand, ook onderling;
- zorg dat er in de leeftijdsgroepen 13 tot en met 18 en 19+ zo min mogelijk materialen gedeeld hoeven te worden;
- zorg dat de training zoveel mogelijk met vaste groepen wordt ingevuld en dat de samenstelling van deze groepen zo min mogelijk wijzigt;
- zorg dat de training klaar staat zodat je meteen kunt beginnen. Laat spelers in daartoe afgebakende ruimtes trainen;
- maak vooraf (gedrags)regels aan spelers duidelijk, met name voor de leeftijdsgroepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ waarbij tijdens de training anderhalve meter afstand moet worden gehouden;
- denk voor de groepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ vooraf na over de training in relatie tot de groepsgrootte. Zorg dat er anderhalve meter afstand gehouden kan worden ook tijdens de training;
- help spelers om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- houd anderhalve meter afstand met al je spelers en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);
- weet wie er aanwezig zijn bij de training, zowel leden als niet-leden;
- volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- laat spelers niet eerder toe dan tien minuten voor de starttijd van de training. De spelers moeten na afloop direct vertrekken;
- laat spelers gefaseerd het sportveld betreden en verlaten;
- zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de training zijn;
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- was je handen met water en zeep na iedere training;
- zorg dat je de organisaties die jij hebt uitgezet, ook weer opruimt en was hierna grondig je handen;
- zorg dat spelers de bal niet aanraken met de handen, de uitzondering is de keeper met (keepers)handschoenen;
- zorg dat iedereen een eigen gevulde bidon/waterfles meeneemt;
- verdeel de (drink)pauzes om groepsvorming te voorkomen;
- spelers komen in trainingskleding naar de vereniging;
- standaard maatregelen van het RIVM worden nageleefd, dit betekent ook niet spugen en snuiten op het veld;
- tijdens de training de hesjes niet uitwisselen tussen spelers en zorg dat de hesjes voor de nieuwe training weer schoon zijn;
- zorg dat je bij oefeningen uit voorzorg koppen zo veel mogelijk vermijdt;
- bij een (ernstige) blessure mag je als trainer-coach de 1,5 meter doorbreken. Probeer hierbij de gezichten niet dicht bij elkaar te laten komen en daarna direct de handen wassen;
- zorg dat je telefoonnummer van de ouder(s) bij de hand hebt, zodat je bij eventuele blessures direct de ouder(s) in kunt lichten;
- vermijd het gebruik van grote materialen, indien je deze wel gebruikt houdt dan de 1,5 meter in acht;
- bouw de trainingsbelasting rustig op om de kans op (overbelasting) blessures zo klein mogelijk te houden;
- 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 thuisblijven 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.



# Corona protocol V.V. Gouderak voor trainers



## Lokale afspraken binnen onze vereniging!

- de senioren leden zullen i.v.m. de 1,5 meter maatregel een aangepaste training volgen. Partijtjes zijn uiteraard niet toegestaan; de 1,5 meter regel is van toepassing op de parkeerplaats, bij het naar het veld toelopen, tijdens de trainingen, na afloop van de trainingen en wederom weer bij het vertrek vanaf de parkeerplaats;
- toeschouwers hebben absoluut geen toegang tot het complex;
- spelers die zelfstandig met de fiets naar de vereniging komen vragen wij om in niet in grote groepen naar de vereniging te fietsen en hun fiets op ruime afstand van elkaar te parkeren in het fietsenrek;
- spelers die naar de training toe betreden het veld via de reguliere ingang en volgen de looproute tot aan de zijingang van het kunstgrasveld. Daar wordt "indien van toepassing" op afstand achter het hek gewacht tot de groep die voor hen aan het trainen is van het trainingsveld is vertrokken. Daarna mag het trainingsveld pas worden betreden;
- de spelers waarvan de training klaar is verlaten het trainingsveld vanaf de hoofdingang (kopzijde) van het kunstgrasveld, lopen de aangegeven route langs het ballenhok en achter de kleedkamers langs terug naar de parkeerplaats. Op deze wijze voldoen we aan de eenrichtingsverkeerstroom;
- de looproute zoals hierboven beschreven staat, is terug te vinden in dit protocol;
- tijdens de trainingen zal er een herkenbare coronaverantwoordelijke(n) (gekleed in een oranje hesje) aanwezig zijn op de accommodatie. Deze corona verantwoordelijke is zichtbaar aanwezig bij de ingang van het complex en is ook tijdens de trainingen op het complex als aanspreekpunt aanwezig. Deze verantwoordelijke zal ook het toepassen van de richtlijnen bewaken en de spelers hier ook op aanspreken;
- zowel de corona begeleider als de trainer mogen spelers weg sturen vanaf de training indien spelers zich niet aan de regels houden;
- mochten de spelers in incidentele gevallen toch naar de toilet moeten dan is hiervoor kleedkamer 3 geopend. Hier zijn de benodigde hygiënische middelen aanwezig;
- het ballenhok is voor, tijdens en na de trainingen alleen toegankelijk voor de trainers!;
- na afloop van de training verlaten de spelers, conform het protocol direct de voetbalvereniging en is groepsvorming op de accommodatie absoluut niet toegestaan;
- na afloop van iedere training moeten de gedragen hesjes worden gewassen, wij vragen de trainers om deze na elke training te wassen of deze roulerend aan de spelers mee te geven om te wassen;
- na de laatste training op een dag sluit de desbetreffende trainer altijd het hek van het complex af;
- vooralsnog hebben wij het streven om de trainingen voort te zetten t/m eind juni.

De KNVB biedt ondersteuning voor alle trainers met betrekking tot trainingen en/of andere voetbal-activiteiten. Meer informatie hierover vind je op deze pagina. <https://rinus.knvb.nl/informatie/opstarten-verenigingsvoetbal>

Voor elk van de groepen kun je op de genoemde pagina's specifieke voorbeeldtrainingen en tips vinden. Uiteraard voor iedere categorie rekening houdend met de gestelde maatregelen vanuit het RIVM. Wij willen jullie hier als trainer op attenderen.