



# Protocol voor sporters

We vragen je om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 C°);
- Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer naar buiten;
- Blijf thuis als iemand in jouw huis positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). 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;
- Meld je tijdig aan voor de sportactiviteit of volg de afspraken van je gemeente/sportaanbieder, zodat de organisatie rekening kan houden met het aantal sporters dat mee doet;
- Kom alleen naar de sportlocatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat;
- Kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de sportlocatie. Gaat dat niet, laat je dan door één persoon afzetten;
- 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 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit naar de sportlocatie;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, buurtsportcoaches en bestuursleden;
- Sporters van 13 t/m 18 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden). Deze afstandsbeperking geldt niet ten opzichte van andere jongeren met wie zij sporten;
- Gebruik zoveel mogelijk alleen eigen materialen. Als er gedeelde materialen gebruikt worden, rouleer deze niet en reinig de materialen direct na gebruik met water en zeep of reinigingsdoekjes. Dit geldt voor materialen die veel met de handen worden aangeraakt. Het reinigen van een voetbal en dergelijke is niet nodig;
- Neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- Verlaat direct na de sportactiviteit de sportlocatie.