

INFORMATIE TRAINING TIJDENS CORONA

PROTOCOL VOOR TRAINERS T/M 12 JAAR (JO7- JO/MO 13)

De KNVB adviseert trainers om de volgende maatregelen uit te voeren. Deze maatregelen zijn in lijn met het protocol van het NOC*NSF.

- Kom zoveel mogelijk met eigen vervoer naar ons complex;
- Voor de leeftijd t/m 12 jaar (JO7 t/m JO/MO 13); geldt dat zij zonder 1,5 meter afstand georganiseerd en onder begeleiding samen kunnen voetballen, er mogen alleen intern wedstrijden worden georganiseerd;
- Vermenging van leeftijdsgroep (t/m 12 en 13-18 jaar) is op geen enkel moment toegestaan;
- Zorg dat de training klaar staat als de spelers het veld op komen zodat je gelijk kunt beginnen. Laat spelers alleen op het afgesproken speelveldgedeelte toetreden;
- **Maak vooraf (gedrags)regels aan spelers duidelijk;**
- Wijs je spelers op het belang van handen wassen en desinfecteren voor- en na de training en laat **spelers geen handen schudden;**
- Help de spelers om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze collectief en individueel aan wanneer dat niet gebeurt;
- **Houd 1,5 meter afstand met alle spelers en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);**
- Volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- Laat spelers vlak voor de starttijd van de training/activiteit het afgesproken speelveldgedeelte betreden;
- **Laat spelers gefaseerd het sportveld betreden en verlaten. Wijs ze erop dat ze na de training direct naar huis gaan;**
- **Zorg dat er geen ouders/toeschouwers zijn bij de training;**
- **Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes**
- Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- 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**;
- Adviseer spelers om vlak voor de training thuis naar het toilet te gaan;
- **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.**