



Beste spelers en trainers.

Vanaf maandag a.s. wordt er stapsgewijs weer gestart met de trainingen en is het goed om de afspraken die ons zijn aangereikt door de KNVB met jullie te delen. Het is fijn dat we weer kunnen starten maar dit gaat wel gepaard met een aantal bekende en nieuwe afspraken. Deze staan hieronder vermeld waarbij in het rood een aantal specifieke Best Vooruit opmerkingen zijn toegevoegd. Voor alle vragen omtrent de maatregelen die voetbal gerelateerd is Kees Hertogs en het 1^e aanspreekpunt. Voor maatregelen die Kantine gerelateerd zijn betreft dit Paul Ferfers.

Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen;
 - Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen;
- Houd 1,5 m afstand met personen van 18 jaar of ouder (uitzondering tijdens het sporten);
- Vermijd drukte;
- Was regelmatig je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie;
- Schud geen handen;

Voor sporters

- Houd er als sporters rekening mee dat wanneer de wedstrijd/training klaar is, de sporter meetelt als publiek en 1,5 meter afstand dan moet aanhouden: tenzij je direct de locatie verlaat;
- Voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 jaar en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamers en in de kantines; **Best Vooruit adviseert spelers nog steeds thuis om te kleden en te douchen, alleen als zeker de 1,5 meter kan worden nageleefd kan dit eventueel bij Best Vooruit plaatsvinden.**
- Zorg ervoor dat je buiten de noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebt zoals bij het vieren van een overwinnings-moment en tijdens een wissel;
- Vanaf 13 jaar: draag een mondkapje wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden;
- Volg altijd de aanwijzingen zoals looproutes en instructies van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, buurtsportcoaches en bestuursleden; **De ingang voor trainers en spelers is de ingang bij het hoofdveld. De uitgang is de nooddeur aan het einde van de gang.**
- Blijf zoveel mogelijk bij je trainingsgroep indien er meerdere trainingsgroepen op de sportlocatie actief zijn;
- Gebruik zoveel mogelijk eigen materialen. Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen met water en zeep of reinigingsdoekjes;



- Geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan;
- Best Vooruit stelt alleen nog lege bidonkratten beschikbaar. De spelers dienen zelf zorg te dragen voor een eigen bidon.
- De verzorgers en hersteltrainers van Best Vooruit hebben i.s.m. de club een eigen protocol opgesteld. Belangrijkste hierin is dat behandelingen op afspraak plaatsvinden en dat er naast de verzorger maar maximaal 1 persoon in de behandelruimte aanwezig is. Meer informatie hierover bij start training.

Voor de trainers

- Vermijd als trainer/begeleider en vrijwilliger geforceerd stemgebruik zoals schreeuwen;
- Wijs sporters op het belang van handen wassen en schud geen handen en geef geen highfives;
- Voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamers en in de kantines;
 - Houd 1,5 meter afstand met sporters van 13 jaar en ouder tenzij noodzakelijk voor (veilige) beoefening/begeleiding van de sport;
- Trainers hoeven geen 1,5 meter afstand te houden tot sporters tot en met 12 jaar;
- Zorg ervoor dat sporters buiten de normale en noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebben zoals tijdens het vieren van een overwinningsmomenten of tijdens een wissel;
- Voor alle sporten geldt dat het aantal sporters en begeleiders per sportactiviteit niet groter is dan noodzakelijk voor de sportactiviteit (training, oefenwedstrijd, wedstrijd);
- Daarnaast wordt geadviseerd om de samenstelling zo vast mogelijk te houden. Train zo veel mogelijk in vaste groepen of met je vaste trainingspartner;
- Help de sporters om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- Volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- Laat sporters gefaseerd het sportveld betreden en verlaten;
- Laat sporters van 18 jaar en ouder sporters tijdens inlopen en warming-ups de 1,5 meter afstand houden;
- Zorg voor 1,5 meter afstand tussen de trainers/begeleiders/vrijwilligers en wisselers onderling, ook in de dug-out