

Beste turn(st)ers en ouder(s)/verzorger(s),

Zoals jullie weten mogen we alleen buiten sporten. Er mag helaas nog geen gebruik gemaakt worden van onze gymzalen, dus we zullen weer aangepaste trainingen gaan geven in de buitenlucht op de speelplaats van de Odulfusschool (In het Hart van het Hout) aan de Slegersstraat 2 in Mierlo-Hout! Natuurlijk met de nodige aanpassingen, omdat we alleen over klein materiaal kunnen beschikken, maar onze train(st)ers hebben al leuke trainingen voorbereid!

Zorg ervoor dat je sportkleren en gymschoenen draagt, en houd rekening met de weersomstandigheden. De kleedkamers zijn gesloten.

Wanneer de training niet doorgaat i.v.m. slecht weer dan zullen we dit via de mail of appgroep van de leiding uiterlijk 1 uur van te voren aangeven.

Er zijn natuurlijk een aantal Corona-regels die wij in deze tijd als club hanteren:

1. Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts EN als je positief getest bent. Blijf ook thuis als iemand in jouw huishouden deze klachten heeft OF positief getest is en in quarantaine is.
2. Ben je al wel op het terrein maar voel je je niet lekker, ga dan naar huis.
3. Was je handen thuis voor het trainen en na het trainen. (min. 20 sec.)
4. Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
5. Ga vooraf thuis naar het toilet, het toilet bij de gymzaal is gesloten.
6. Kom zoveel mogelijk zelfstandig naar de Odulfusschool. Bij voorkeur met de fiets.
7. Ouders kunnen niet blijven kijken, maar kunnen alleen de kinderen afzetten en doorrijden (kiss & ride).
8. Een trainer/assistent/corona coördinator komt je halen bij de poort en brengt je na de les daar weer terug. Ouders mogen niet het schoolplein op!!
9. Afmelden bij de leiding is verplicht, minimaal 2 uur voor de les, zodat we weten wie er komt.
10. Alle lessen zijn 45 minuten of maximaal 1 uur.
11. Kom niet eerder dan 5 min. van tevoren naar de training en vertrek ook direct na afloop.
12. Houd je ten allen tijde aan de afgesproken 1,5 meter afstand van elkaar (12+ leden en trainsters). Ook voor de jongere leden geldt dat er geen onnodig fysiek contact gemaakt wordt.
13. Drinkfles meenemen mag, maar wel thuis vullen.
14. Voor alles geldt: gebruik je gezonde verstand en houd je aan de voorschriften van het RIVM.
15. Volg altijd de aanwijzingen van de corona coördinator en trainers/assistenten.
16. DIEGENE DIE ZCH NIET AAN DE VASTGESTELDE REGELS VAN HET RIVM HOUDT, KAN VERWIJDERD WORDEN.

Alleen samen kunnen we ervoor zorgen we op een veilige en verantwoorde manier kunnen sporten. We rekenen dan ook op ieders medewerking ten aanzien van de regels.

Bestuur en leiding HT'35

spelregels om weer veilig samen te sporten

informatie voor sporters update 11 mei 2020



blijf thuis als je verkouden of griepig bent (of iemand in je huishouden). Volg altijd de richtlijnen van het RIVM



laat tijdig weten dat je deelneemt aan de sportactiviteit



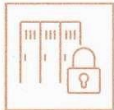
kom enkel naar de locatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat



kom zoveel mogelijk lopend of met de fiets. Houd rekening met de richtlijnen verkeer & vervoer van de Rijksoverheid



max. 10 minuten voor aanvang aanwezig. Verlaat direct na de sportactiviteit de locatie



kom in je sportkleding, kleedkamers en douches zijn gesloten



volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie



vanaf 13 jaar houd je te allen tijde 1,5 meter afstand, ook tijdens het sporten



gebruik zoveel mogelijk je eigen materialen. Reinig gedeelde materialen direct na de trainingssessie



neem je eigen bidon gevuld mee



boven de 70 jaar of behoort je tot een risicogroep? Denk na of het verstandig is om naar een sportlocatie te komen



vanaf 19 jaar mag je zonder begeleiding buiten trainen. Hanteer de voorwaarden volgens de lokale noodverordening.

sport bewust, houd je aan de spelregels, zo hebben we samen sportplezier

Meer informatie nocnsf.nl/sportprotocol

#wewinnenveelmetsport

