

# Samen tegen Covid-19 (*protocol 'binnen'*) update 29-09-2020

## Richtlijnen opvolgen, zorg voor elkaar en gebruik je verstand!

Bij Hercules volgen we het NOC\*NSF Sportprotocol en de richtlijnen van de gemeente Den Haag.

De Corona-coördinator helpt ons de richtlijnen op te volgen. Elke speeldag is er tenminste 1 coördinator aanwezig.

### Algemene uitgangspunten op Boswijk

- Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen.
- Houd 1,5 meter afstand.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan die kunnen duiden op een Corona-besmetting.
- Schud geen handen!
- Was regelmatig je handen. Zorg voor eigen hygiënemiddelen.
- Het aantal sporters en begeleiders per team per wedstrijd is niet groter dan noodzakelijk voor de sportactiviteit (maximaal 20).

### De 1,5 meter regel op Boswijk

- Ben je 18 jaar of ouder, dan moet je tot iedereen, behalve tot kinderen t/m 12 jaar, 1,5 afstand bewaren.
- Ben je ouder dan 12 jaar en jonger dan 18 jaar, dan hoef je geen afstand te houden tot iedereen jonger dan 18 jaar, maar wel minstens 1,5 meter tot personen van 18 jaar en ouder.
- Ben je jonger dan 13 jaar? Dan hoef je geen afstand te houden.
- Enige uitzondering op de 1,5 meter: personen die een gezamenlijk huishouden vormen.

### Het publiek

- **Vooralsnog is er door de verscherpte maatregelen van het kabinet vanaf heden tot tenminste 19 oktober a.s. geen publiek welkom.**

### Kantine op Boswijk

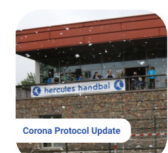
- **Vooralsnog is door de verscherpte maatregelen van het kabinet vanaf heden tot tenminste 19 oktober a.s. de kantine gesloten.**

### Gedrag in de kleedkamers op Boswijk

- In de kleedkamer dient iedereen van 18 jaar en ouder 1,5 meter afstand te bewaren van elkaar. Ook tijdens het douchen dient er afstand bewaard te worden (ook met douchen)
- Wanneer de kleedruimte te klein is om binnen de afstandsregel het gehele team bij elkaar te hebben, adviseren wij om de teambespreking ergens te houden waar voldoende ruimte om de 1,5 meter afstand te waarborgen (bijvoorbeeld op het speelveld).
- Na het douchen worden de kleedkamerdeuren direct opengezet, zodat de ruimte wordt doorgelucht;
- ***Dit alles betekent dat thuis douchen/omkleden wordt aanbevolen.***

### Betreden speelveld en begroeting

- De teams betreden gefaseerd het speelveld.
- Bij de begroeting houdt zoveel mogelijk afstand. Er worden geen handen geschud.
- Beide teamverantwoordelijken melden zich voor de toss bij de scheidsrechter(s). Houd ook hierbij de 1,5-meter afstand in acht.



## **Gedrag op het speelveld**

- Het is verboden om in groepsverband te zingen of te schreeuwen. Het is daarom niet toegestaan om:
  - Een yell, aanmoedigingskreet o.i.d. uit te voeren (bij begroeting, in een kring met het team).
  - Een clublied te zingen.
  - Overwinningsmomenten te vieren.
  - High fives te geven.

## **Wedstrijdtafel**

- De Tijdwaarnemer en Wedstrijdsecretaris dienen bij de wedstrijdtafel 1,5 meter afstand van elkaar te bewaren. Bij wedstrijden waarbij een Waarnemer aanwezig is, dient deze ook 1,5 meter afstand te bewaren.
- Wanneer een coach een time out vraagt, legt hij de kaart op de wedstrijdtafel. De kaart wordt niet in de hand van de secretaris of tijdwaarnemer geven.

## **Tijdens de wedstrijd**

- Advies is om als scheidsrechter waar mogelijk de 1,5-meter afstand te waarborgen tot de spelers.
- Als de 1,5-meter afstand een normale sportbeoefening in de weg staat, mag deze tijdelijk losgelaten worden.
- Het advies is dat sporters buiten de normale en noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebben, zoals op de wisselbank of tijdens een wissel.
- Wanneer de bal in het gezicht van de speler komt, adviseren wij om het spel te vervolgen met een nieuwe bal of de bal te ontsmetten.
- Wanneer een speler geblesseerd op het veld ligt, adviseren wij om op afstand te vragen hoe het met de persoon gaat. Wij adviseren om de persoon niet te helpen bij het opstaan, tenzij dit vanwege de ernst van de blessure niet anders gaat.
- Wanneer een scheidsrechter van mening is dat een persoon bewust naar iemand toe hoest of spuugt, dan wordt dat beschouwd als uiterst onsportief gedrag. Een dergelijke actie moet in overeenstemming met spelregel 8:10a worden bestraft met een diskwalificatie met schriftelijk rapport.

## **Team time-out**

- Tijdens de team time-out dienen spelers en stafleden 1,5 meter afstand tot elkaar te bewaren.
- Het is niet toegestaan om een yell, aanmoedigingskreet o.i.d. uit te voeren voordat het team het speelveld weer betreedt.

## **Rust / pauze**

- De teams, scheidsrechters en officials adviseren wij om het speelveld gefaseerd te verlaten, om hiermee de 1,5 meter afstand te kunnen bewaren.
- Wij adviseren, mits beide teams hiermee akkoord gaan, om de gehele wedstrijd op dezelfde speelhelpt te spelen. Wanneer teams toch willen wisselen van speelhelpt tijdens de rust, dan zullen de wisselbanken worden gedesinfecteerd tijdens de rust.

## **Na de wedstrijd**

- Schud geen handen tijdens het bedanken. Houd 1,5 meter afstand van elkaar.
- Wij adviseren alleen spelers en scheidsrechters op het veld aanwezig te laten zijn en na afloop geen uitreiking te doen tot speler van de wedstrijd, foto met sponsors, o.i.d. tenzij hierbij met zekerheid de 1,5 meter afstand kan worden gehouden.



- De teams, scheidsrechters en officials adviseren wij om het speelveld gefaseerd te verlaten, om hiermee de 1,5 meter afstand te kunnen bewaren. Houd hierbij dezelfde volgorde als tijdens de rust aan.
- Was en/of desinfecteer je handen na afloop van de wedstrijd en bij het verlaten van de accommodatie.

### **Trainingen**

- Bij elke training is een zichtbaar herkenbare Corona-functionaris aanwezig, die de verantwoordelijkheid draagt dat iedereen zich aan de regels houdt, dit is iemand van de staf;
- Vóór de training ontsmetten alle spelers de handen;
- Na de training ontsmetten alle spelers de handen;
- Voor en na de trainingen houden alle spelers altijd 1,5 meter afstand van elkaar;
- Ten opzichte van de trainer en begeleiders wordt altijd 1,5 meter afstand in acht genomen.

