

Sportprotocol
Buiten sporten



Een vereniging in beweging

Beste (ouders van) leden,

De afgelopen weken hebben wij gewerkt aan een plan gewerkt om weer in beweging te komen. Voor kinderen en jongeren tot en met 17 jaar is het toegestaan om buiten te sporten in groepsverband. Vanaf woensdag 3 februari starten wij met het geven van buiten sportlessen voor jeugdleden.

Wat betekent dit concreet voor jeugdleden van V&K Uden?

Voor leden tot en met 17 jaar in de **breedtesport jeugd** (jongens en meisjes turnen en freerunnen) geldt dat de lessen – in beperkte vorm – worden hervat vanaf woensdag 3 februari. De sportlessen worden gegeven op het sportterrein van de Keien Atletiek.

Adres: Sportlaan 2, 5402 NM Uden

Het lesrooster

Vanaf maandag 29 maart worden er van maandag tot en met vrijdag buiten sportlessen gegeven. Leden kunnen deelnemen aan hun 'eigen' les, maar kunnen ook op een ander moment dan de reguliere les aansluiten. Echter wel in het tijdsblok van de leeftijdsgroep waarin in het lid behoort. Er wordt gewerkt met een vrije inloop, dus vooraf aanmelden is niet nodig.

Dag	Tijd	Leeftijd	Locatie	Soort les	Trainer
Maandag	16.00 – 16.45	5 t/m 12	De Keien	Sport & Spel Turnen	Giel
	17.00 – 17.45	8 t/m 12	De Keien	Sport & Spel Freerunning	Giel
Dinsdag	16.00 – 16.45	4 t/m 7	De Keien	Sport & Spel Turnen	Leon
	17.00 – 17.45	8 t/m 11	De Keien	Sport & Spel Turnen	Leon
Woensdag	15.00 – 15.45	4 t/m 7	De Keien	Sport & Spel Turnen	Leon
	16.00 – 16.45	8 t/m 11	De Keien	Sport & Spel Turnen	Leon
Donderdag	16.00 – 16.45	6 t/m 9	De Keien	Sport & Spel Turnen	Leon
	17.00 – 17.45	10 +	De Keien	Sport & Spel Turnen	Leon
Vrijdag	16.00 – 16.45	4 t/m 7	De Keien	Sport & Spel Turnen	Emmy
	17.00 – 17.45	8 t/m 11	De Keien	Sport & Spel Turnen	Emmy

Algemene maatregelen

Onderstaande maatregelen zijn gebaseerd op de landelijk geldende maatregelen.

Algemene veiligheids- en hygiëneregels voor iedereen:

- 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;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden klachten heeft of positief is getest;
- Vermijd drukte;
- Ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- Was vaak je handen met water en zeep, voor en na de training;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.

Aanvullende maatregelen voor sporters:

- Kom alleen naar de sportlocatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat;
- Kom in sportkleding naar de sportlocatie. De kleedkamers zijn gesloten;
- Het desinfecteren van de handen is verplicht bij binnenkomst en vertrek;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit en wacht op aanvang op de daarvoor aangewezen plek;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de trainer;
- Sporters tot en met 17 jaar hoeven tijdens het sporten onderling geen 1,5 meter afstand te houden;
- Sporters vanaf 13 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot personen 18 jaar en ouder;
- Neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken.

Aanvullende maatregelen voor ouders en verzorgers:

- Informeer je kind(eren) over de veiligheids- en hygiëneregels;
- Breng je kind(eren) alleen naar de sportlocatie wanneer er een sportactiviteit voor jouw kind(eren) gepland staat;
- Als ouder/verzorger heb je geen toegang tot de sportlocatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren);
- Direct na de sportactiviteit haalt de ouder/verzorger de kinderen op van de sportlocatie. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.

Praktische zaken rondom de trainingen

- Sporters mogen gebruik maken van het toilet;
- Bij het betreden van het terrein is het rechter gedeelte van de tribune beschikbaar gesteld voor V&K. Als de sporters het terrein betreden dienen zij via de ingang op de tribune in hun verzamelvak te gaan zitten. De trainer komt de sporters ophalen en gaan via de uitgang naar de aangewezen trainingsplek. Als de les klaar is gaan de sporters via de ingang terug naar de verzamelplek om hun spullen te maken en verlaten het terrein;
- Houd de weersverwachtingen in de gaten en kleed je op de weersomstandigheden.

Vragen?

Heb je vragen richt je dan tot Leon van Geel, Buurtsportcoach V&K > bsc@venkuden.nl

Tot slot

Wellicht ten overvloede: we willen graag dat iedereen weer lekker buiten kan sporten. Maak geen misbruik van deze regelingen en het vertrouwen en houd je aan bovenstaande afspraken. Veel sport- en beweegplezier!

Sportieve groet,

Bestuur V&K Uden