Veilig sporten bij Voetbalvereniging Woudia tijdens de Coronacrisis.

# Inleiding:

Vanaf 29 april 2020 is het weer geoorloofd om te gaan trainen in de buitenlucht voor kinderen in de basisschoolleeftijd en de jeugd van 13 t/m 18 jaar. Voor de laatstgenoemde groep geldt een minimale afstand van 1.5 meter. Woudia vindt het van belang om bij te dragen aan bewegen en sociaal contact in deze bijzondere tijd. Daarom willen wij de jeugdleden de kans geven om te gaan trainen onder voorwaarde dat dit veilig en verantwoord gebeurt, met in acht neming van de afspraken en regels vanuit de Gemeente, RIVM en KNVB omtrent Corona.

# Verkeersbewegingen:

Voetballers die komen trainen, lopen of fietsen door het looppoortje (voorzien van bordje ‘INGANG’) langs de kantine richting de tribune naar het **B-veld**. Kinderen die klaar zijn met de training lopen of fietsen aan de andere zijde van het A veld (langs het score bord) terug door het grote hek (voorzien van bordje ‘UITGANG’) naar de parkeerplaats en fietsenstalling.

Ouders die de kinderen komen brengen of ophalen blijven in de auto zitten. Als ouders kinderen op de fiets brengen of ophalen, keren de ouders om bij het toegangspoortje bij de ingang voor de kantine. Houd hierbij ook afstand van andere ouders en spelers, minimaal 1.5 meter. Het is voor ouders verboden de accommodatie te betreden.

# trainingen:

Kom stipt op tijd voor de trainingen, maximaal 5 minuten voor aanvang. Betreed het veld niet, totdat de trainer kenbaar maakt dat de training start. Na de training ga je direct terug naar huis. Blijf niet kijken bij een volgende training.

# Tips voor de inhoud van de trainingen met 1.5 meter afstand: (JO13 t.m. JO19)

* Er worden geen partij vormen gespeeld (ook alle vormen van positiespelen mogen niet).
* Warming-up op één grote lijn naast elkaar met 1,5 meter ertussen.
* Pass en trap, conditie, techniek en afrond oefeningen\* kunnen uitgevoerd worden zolang de afstand tussen de pionnen (aanspeelplekken met spelers) minimaal 1,5 meter uit elkaar staan.
* De “wachtrij” voor de oefening moet uitgestippeld worden met pionnen met een afstand van minimaal 1,5 meter\*\*.
* Geen twee teams tegelijk van het veld aflopen. Mochten er twee teams tegelijk klaar zijn dan wacht het ene team op het andere team.
* De trainer die als eerste op de dag start met het geven van training (m.u.v. de woensdagmiddag) zet de deur van het ballenhok open, de laatste trainer sluit het ballenhok af.

\*De trainers zijn vrij in het bedenken van oefeningen, mocht een trainer hulp nodig hebben met het bedenken van oefeningen kan de trainer contact opnemen met de Technische JeugdCommissie van Woudia.

\*\* Een afstandshouder van 1,5 meter is aanwezig in het ballenhok. De trainers kunnen ook 2 grote stappen tussen de pionnen zetten.

# Afspraken over handig gedrag:

* We schudden elkaar NIET de hand, geven GEEN high fives en voorkomen aanrakingen.
* We wassen voor de training thuis onze handen, we wassen bij thuiskomst weer onze handen, minimaal 20 seconden met zeep.
* We spugen niet op het veld.
* We houden afstand van de trainer, minimaal 1.5 meter.
* We zijn fit, als we niet fit zijn (hoesten, niezen, koorts, keelpijn, hoofdpijn, etc.) blijven we thuis.
* Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief is getest op Corona, tenminste 14 dagen vanaf het laatste contact.
* Hoest en niest in je elleboog en gebruik papierenzakdoekjes.
* De kantine en de kleedkamers zijn gesloten, douche en toiletteer thuis.
* Spelers mogen niet eerder dan 5 min voor de start van de training aanwezig zijn op het complex.
* Woudia houdt zich aan de richtlijnen van de Gemeente, RIVM en de KNVB. Mocht er in de komende tijd iets veranderen, zullen wij u hiervan op de hoogte stellen.

# Communicatie met voetballers, trainers en ouders:

We communiceren dit plan met de voetballers, trainers en ouders via de e-mail, Whatsapp groepen, via onze Facebook pagina en website. Daarnaast zullen de afspraken over handig gedrag op het veld aanwezig zijn ter herinnering tijdens het trainen.

# Vragen?

Heeft u vragen omtrent dit plan, dan mag u contact opnemen met Jeugdvoorzitter Sandra Balk:

[Sandra@woudia.nl](mailto:Sandra@woudia.nl) of 06-13234994