

Vechtsportbeoefening in tijden van corona

Toelichting richtlijnen voor vechtsportbeoefening fase 2: vanaf 18 mei

**RICHTLIJNEN VOOR
TRAINERS, SPORTERS,
OUDERS EN BESTUUR**

**VOOR TRAININGEN
IN DE BUITENLUCHT**



COVID-19 Update

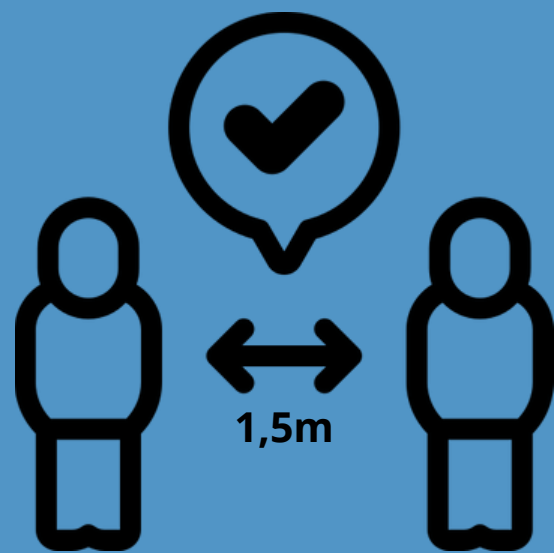
18.05.2020 | FASE 2



Vechtsportbeoefening in tijden van corona

Toelichting richtlijnen voor vechtsportbeoefening fase 2: vanaf 18 mei

RICHTLIJNEN VOOR TRAINERS

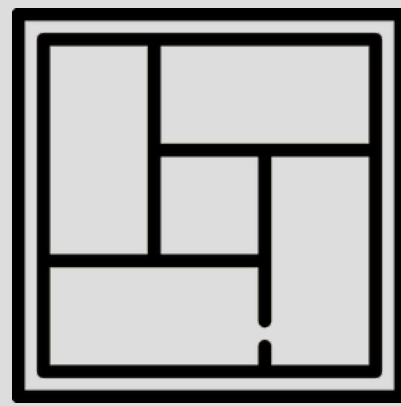


Houd afstand

Houd altijd 1,5m afstand tot de sporters en tot andere personen.

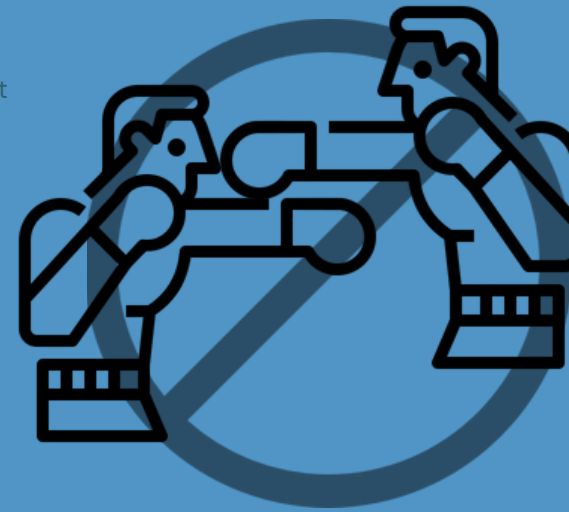
Voorzie ruimte

Voorzie altijd 10m² per sporter
Baken zowel het terrein
als de ruimte per sporter af.



Laat geen contact toe

Geen oefenvormen,
sparring... per twee
(of meer). Maak nooit
contact.



Ontsmet materiaal

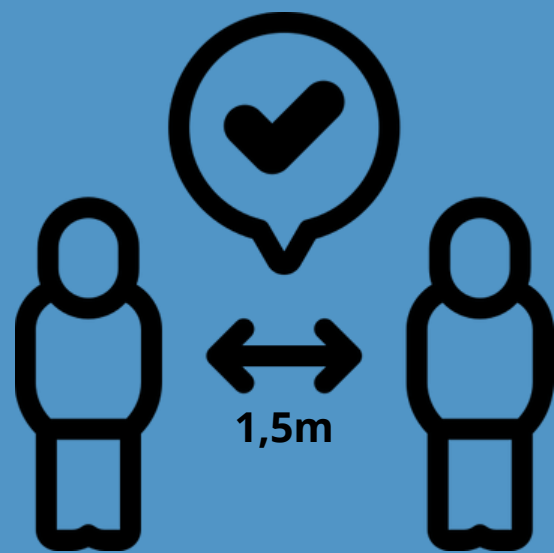
Ontsmet het beperkte
materiaal dat je gebruikt
voor en na elke sessie.



Vechtsportbeoefening in tijden van corona

Toelichting richtlijnen voor vechtsportbeoefening fase 2: vanaf 18 mei

RICHTLIJNEN VOOR TRAINERS

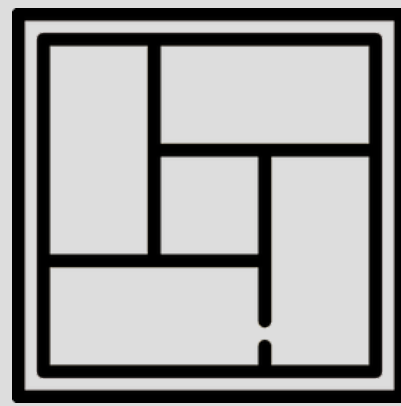


Houd afstand

Houd altijd 1,5m afstand tot de sporters en tot andere personen.

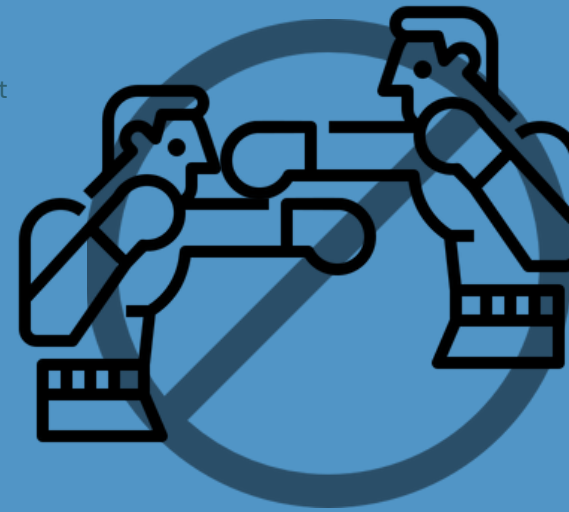
Voorzie ruimte

Voorzie altijd 10m² per sporter
Baken zowel het terrein
als de ruimte per sporter af.



Laat geen contact toe

Geen oefenvormen,
sparring... per twee
(of meer). Maak nooit
contact.



Ontsmet materiaal

Ontsmet het beperkte
materiaal dat je gebruikt
voor en na elke sessie.



Waak over de regels

Duid een verantwoordelijke aan die
de toepassing van de richtlijnen
tijdens de sessie bewaakt.

Respecteer de groepslimiet

De groep mag niet groter zijn
dan 20p (inclusief trainer en
verantwoordelijke).



Deel geen materiaal

Zorg ervoor dat de sporters
geen materiaal delen.



Waak over de regels

Duid een verantwoordelijke aan die
de toepassing van de richtlijnen
tijdens de sessie bewaakt.

Respecteer de groepslimiet

De groep mag niet groter zijn
dan 20p (inclusief trainer en
verantwoordelijke).



Deel geen materiaal

Zorg ervoor dat de sporters
geen materiaal delen.



Denk aan een mondmasker

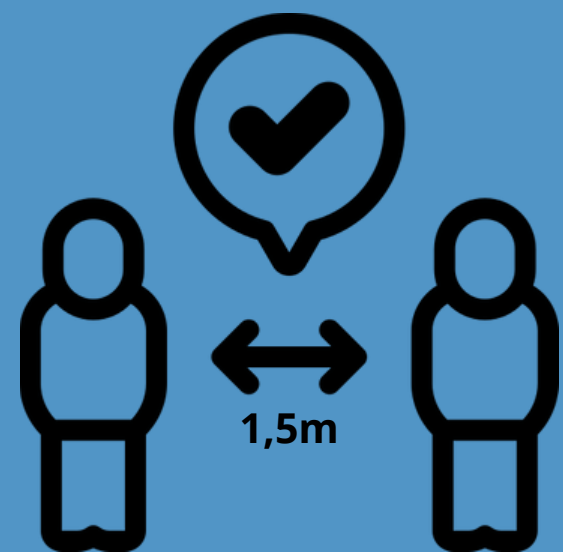
Breng een mondmasker mee in geval
je dit nodig hebt (bv. bij blessure).



Vechtsportbeoefening in tijden van corona

Toelichting richtlijnen voor vechtsportbeoefening fase 2: vanaf 18 mei

RICHTLIJNEN VOOR SPORTERS



Houd afstand

Houd altijd 1,5m afstand tot elkaar en tot de trainer.

Stay home

Blijf thuis als je (of iemand uit je gezin) niet 100% bent.



Kleed je thuis om

Kom in je sportkledij naar de training.



Denk aan een mondmasker

Verplaats je bij voorkeur met de fiets of te voet. Kom je toch met de auto of het openbaar vervoer, draag dan een mondmasker.



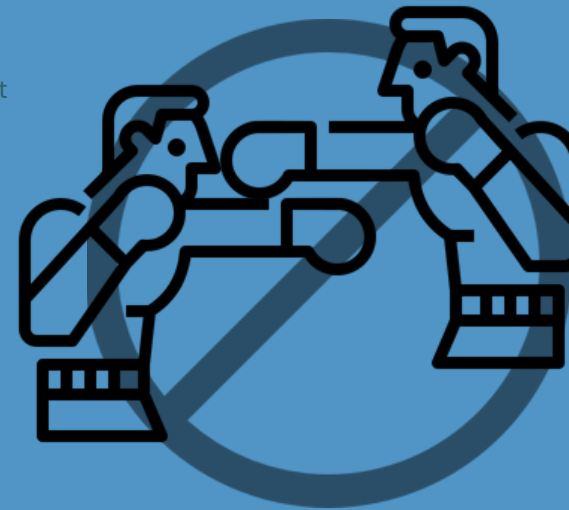
Voorzie in eigen drank

Breng je eigen gevulde drinkbus mee. Deel deze NIET met anderen.



Maak geen contact

Geen oefenvormen, sparring... per twee (of meer). Maak nooit contact.



Vermijd samenkomsten

Blijf niet napraten. Na de training ga je onmiddellijk weer naar huis.



Deel geen materiaal

Er wordt geen materiaal gedeeld. Breng je eigen materiaal mee.



Ontsmet of was je handen

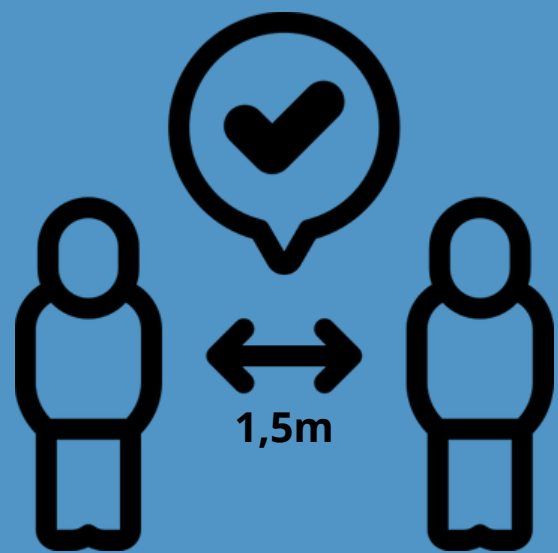
Breng je eigen handgel mee. Was of ontsmet je handen voor, tijdens en na het sporten.



Vechtsportbeoefening in tijden van corona

Toelichting richtlijnen voor vechtsportbeoefening fase 2: vanaf 18 mei

RICHTLIJNEN VOOR OUDERS



Houd afstand

Houd altijd 1,5m afstand tot de sporters en andere personen. Informeer ook je kind dat het op afstand moet blijven van anderen.

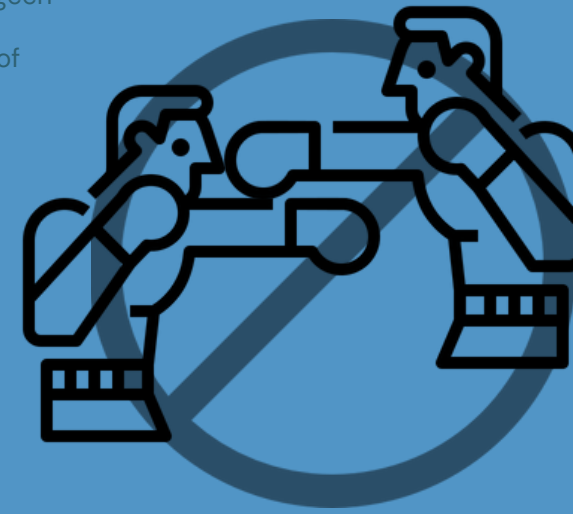
Stay home

Hou je kind thuis als hij of zij (of een gezinslid) niet 100% in orde is.



Maak geen contact

De sporters mogen geen oefenvormen, sparring...per twee (of meer) doen. Maak ook zelf nooit contact.



Ontsmet of was je handen

Geef een eigen busje handgel mee naar de training. Was of ontsmet de handen van je kind (en jezelf) voor, tijdens en na het sporten.



Kleed je thuis om

Zorg dat je kind in sportkledij naar de training komt.

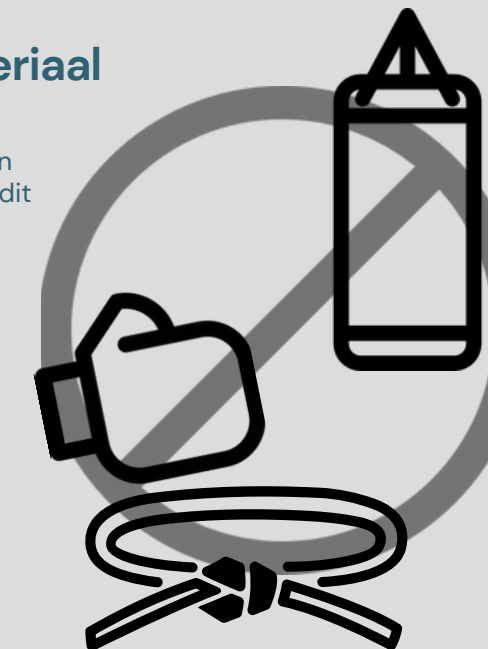
Vermijd samenkomsten

Zorg dat je kind op het afgesproken uur toekomt en meteen weer vertrekt. Blijf niet kijken tijdens de training. Toeschouwers zijn niet toegelaten.



Deel geen materiaal

Er wordt geen materiaal gedeeld. Geef je kind eigen materiaal mee voor zover dit gevraagd wordt.



Voorzie in eigen drank

Geef je kind een gevulde drinkbus mee naar de training.



Vechtsportbeoefening in tijden van corona

Toelichting richtlijnen voor vechtsportbeoefening fase 2: vanaf 18 mei

RICHTLIJNEN VOOR HET BESTUUR



Contacteer de gemeente

Neem contact op met de gemeente waar je buitensessies wil organiseren en ga na wat de lokale richtlijnen zijn.

Stay home

Adviseer je leden dat ze thuis blijven als hij of zij (of een gezinslid) niet 100% in orde is.



Informeer

Informeer je leden uitvoerig over de maatregelen die ze moeten respecteren. Stel een verantwoordelijke aan per sessie die de opvolging bewaakt.



Voorzie EHBO

Voorzie medisch materiaal en enkele mondmaskers. Zorg dat deze op de plaats van de activiteit aanwezig is.



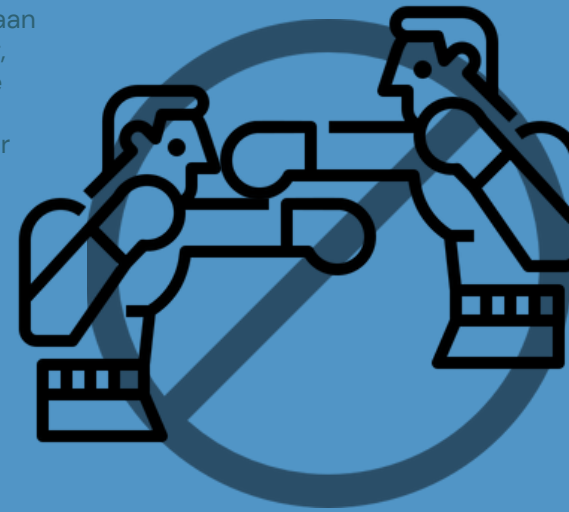
Plan vooruit

Voorzie een reservatiesysteem voor je leden zodat je het aantal personen per training kan bewaken.



Maak geen contact

Verduidelijk specifiek aan je trainers dat sparring, oefenvormen per twee (of meer),... niet toegestaan zijn. Bewaar altijd een afstand van 1,5m.



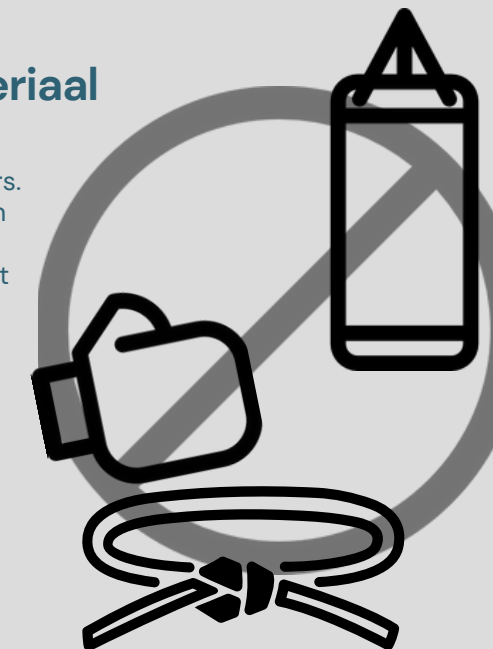
Vermijd samenkomsten

Samenschooling wordt te allen tijde vermeden. Groepen mogen niet groter zijn de 20p (inclusief trainer en verantwoordelijke).



Deel geen materiaal

Er wordt geen materiaal gedeeld tussen de sporters. Maak duidelijk aan je leden dat ze hun eigen materiaal meebrengen voor zover dit nodig is.



Ontsmet materiaal

Laat je trainers zo weinig mogelijk materiaal gebruiken. Een beperkt gebruik van sportspecifiek materiaal is toegestaan, indien dit na gebruik goed ontsmet wordt.





Risicovechtportplatform Vlaanderen vzw

Zuiderlaan 13, 9000 Gent

info@rvsp.be

+32 495 10 06 84