



Protocol hervatting vechtsporten

Versie 29 mei 2020

De regering heeft bepaald dat sportscholen en fitnessclubs in ieder geval tot 1 juli gesloten blijven. Kinderen tot en met 12 jaar mogen, in georganiseerd verband, buiten sporten. Zij hoeven zich niet aan de anderhalvemeterregel te houden. Jongeren van 13 tot en met 18 jaar hebben sinds 29 april ook meer ruimte om te sporten en hoeven zich vanaf 1 juni niet meer aan de anderhalvemeterregel te houden tijdens trainingen. Ook volwassenen vanaf 19 jaar mogen sinds 11 mei weer samen buiten trainen. Voor deze groep geldt de anderhalvemeterregel nog wel. Topsporters kunnen hun training hervatten op goedgekeurde trainingslocaties, maar ook onder voorwaarden. Dit protocol moet een duidelijk kader scheppen waarbinnen de trainingen voor het kickboksen, thaiboksen en MMA kunnen worden hervat.

Dit is een dynamisch protocol. Richtlijnen en adviezen kunnen worden toegevoegd, verwijderd of aangepast. De VA zal elke nieuwe richtlijn baseren op de adviezen van het RIVM in samenhang met de maatregelen van de overheid. De VA werkt bij de handhaving samen met politie en gemeenten. Bij twijfel of vermoeden van een overtreding kan er politie of gemeente bij de sportschool worden langs gestuurd voor controle. De manier waarop sportscholen in deze crisistijd met de maatregelen omgaan kan worden meegenomen in de toewijzing van het Keurmerk Vechtsportautoriteit. Wees je er als sportschoolhouder dus van bewust dat je je nu al positief of negatief kunt profileren.

De gemeenten zijn verantwoordelijk voor het handhaven van de noodverordening. Het is dus altijd belangrijk om goed contact met de desbetreffende gemeente te onderhouden over wat er in detail mogelijk is en aan welke richtlijnen en voorwaarden moet worden voldaan. Vragen over het protocol kunnen worden gericht aan: info@vechtsportautoriteit.nl.

Algemeen

- Houd (minimaal) 1,5 meter afstand tot elkaar. De enige uitzondering hierop is voor kinderen en jongeren tot en met 18 jaar onderling en uitsluitend tijdens trainingsactiviteiten.
- Schud geen handen.
- Hoest en nies in de binnenkant van uw elleboog.
- Was uw handen regelmatig met zeep, voor minimaal 20 seconden.

- Heeft u verkoudheidsklachten, zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest of verhoging tot 38 graden Celsius? Blijf thuis en ziek uit.
- Heeft 1 of meerdere personen in het huishouden ernstige klachten zoals koorts en/of benauwdheid, dan moet je thuisblijven en kun je niet trainen of training geven. Als iedereen in het huishouden 24 uur geen klachten heeft, mag er weer getraind worden.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus. Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD).
- Blijf als je het coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) tot minimaal zeven dagen na de uitslag van de test thuis.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Stel jezelf regelmatig op de hoogte van de meest actuele richtlijnen via [RIVM.nl](https://www.rivm.nl).
- Gemeentelijk beleid is leidend.

Kinderen (tot en met 12 jaar)

- Vanaf 29 april mogen kinderen tot en met 12 jaar in groepsverband georganiseerd en uitsluitend buiten trainen. Onderling hoeven zij niet 1,5 meter afstand te bewaren.
- Wedstrijden, competities, toernooien en demo's zijn nog steeds verboden.
- Lessen worden vooraf bij de trainer die de les geeft gereserveerd. Zo weet de trainer precies hoeveel pupillen er bij de les aanwezig zullen zijn.
- Kom niet eerder dan de afgesproken tijd naar de locatie van de training.
- Ga thuis voorafgaand aan de training naar het toilet.
- Was voorafgaand aan de training goed je handen met zeep, voor minimaal 20 seconden.
- De trainer die de les geeft probeert zoveel mogelijk de 1,5 meter afstand tot de pupillen te bewaren.
- Gebruik van kleedkamers is niet toegestaan. Alle pupillen die aan een les deelnemen komen in hun sportkleding naar de les en douchen na afloop thuis. Ook omkleden na afloop gebeurt thuis.
- Het is tijdens deze trainingen toegestaan om met stoot- en trapkussens te werken op de voorwaarden dat deze voor de training en direct na afloop met schoonmaakmiddelen worden schoongemaakt.
- Neem je eigen bokshandschoenen, scheenbeschermers, waterfles en andere benodigdheden mee. Er kunnen geen spullen van de sportschool of trainer worden geleend.
- Zorg dat je trainingsuitrusting en je spullen schoon zijn.
- Het is niet de bedoeling dat andere personen dan de pupillen zelf, zoals ouders, de training bijwonen. Ook niet op afstand.
- Ga na afloop van de training gelijk weer naar huis.

Jongeren (13 tot en met 18 jaar)

- Jongeren van 13 tot en met 18 jaar mogen buiten trainen en hoeven daarbij vanaf 1 juni geen 1,5 meter afstand meer te houden tot elkaar. De 1,5 meter afstand moet wel worden gehouden ten opzichte van de trainer/begeleider. Bij activiteiten buiten de training om moeten jongeren van 13 tot en met 18 jaar ook de 1,5 meter afstand onderling blijven houden.
- Wedstrijden, competities, toernooien en demo's zijn nog steeds verboden.
- Lessen worden vooraf bij de trainer die de les geeft gereserveerd. Zo weet de trainer precies hoeveel pupillen er bij de les aanwezig zullen zijn.
- De 1,5 meter afstand van de trainer/begeleider moet zoveel mogelijk worden gewaarborgd.
- Kom niet eerder dan de afgesproken tijd naar de locatie van de training.
- Ga thuis voorafgaand aan de training naar het toilet.
- Was voorafgaand aan de training goed je handen met zeep, voor minimaal 20 seconden.
- Gebruik van kleedkamers is niet toegestaan. Alle pupillen die aan een les deelnemen komen in hun sportkleding naar de les en douchen na afloop thuis. Ook omkleden na afloop gebeurt thuis.
- Alle pupillen die aan de les deelnemen nemen hun eigen bokshandschoenen, scheenbeschermers, waterfles en andere benodigdheden mee. Er kunnen geen spullen van de sportschool of trainer worden geleend.
- Zorg dat je trainingsuitrusting en je spullen schoon zijn.
- Het is niet de bedoeling dat andere personen dan de pupillen zelf, zoals ouders, de training bijwonen. Ook niet op afstand.
- Ga na afloop van de training gelijk weer naar huis.

Volwassenen (vanaf 19 jaar)

- Voor volwassenen vanaf 19 jaar geldt dat het vanaf 11 mei weer is toegestaan om uitsluitend buiten en in georganiseerd verband te sporten. Bij deze groep geldt dat er 1,5 meter afstand moet worden gehouden. Zowel onderling als met de trainer/begeleider.
- Wedstrijden, competities, toernooien en demo's zijn nog steeds verboden.
- Informeer bij uw sportschool welke trainingen er worden aangeboden.
- Lessen worden vooraf bij de trainer die de les geeft gereserveerd. Zo weet de trainer precies hoeveel personen er bij de les aanwezig zullen zijn.
- Tussen iedereen die aanwezig is op de training moet minimaal 1,5 meter afstand zijn. Dit geldt dus ook voor de trainer zelf.
- Kom zoveel mogelijk met je eigen vervoer naar de training en kom niet eerder dan de afgesproken tijd naar de locatie van de training.
- Ga thuis voorafgaand aan de training naar het toilet.
- Was voorafgaand aan de training goed je handen met zeep, minimaal 20 seconden.
- Gebruik van kleedkamers is niet toegestaan. Alle personen die aan een les deelnemen komen in hun sportkleding naar de les en douchen na afloop thuis. Ook omkleden na afloop gebeurt thuis.
- Alle personen die aan de les deelnemen, nemen hun eigen bokshandschoenen, scheenbeschermers, waterfles en andere benodigdheden mee. Er kunnen geen spullen van de sportschool of trainer worden geleend.
- Zorg dat je trainingsuitrusting en je spullen schoon zijn.
- Het is niet de bedoeling dat andere personen dan de sporters zelf, zoals vrienden of familie, de training bijwonen. Ook niet op afstand.
- Ga na afloop van de training gelijk weer naar huis.
- Alle vormen van training voor volwassenen vanaf 19 jaar waarbij er geen 1,5 meter afstand kan worden gehouden zijn niet toegestaan tot de regering anders bepaalt. Dit betekent dus dat sparringsessies en padstraining niet mogelijk zijn behalve voor kinderen t/m 18 jaar.

Topsport

- De regering heeft besloten trainingen van topsporters onder voorwaarden en op goedgekeurde locaties mogelijk te maken. In de meeste sporten coördineren bij NOC*NSF aangesloten bonden de training voor mensen met erkende topsportstatus.
- Topsporters uit onze sporten die hun trainingslocatie willen laten erkennen als topsportlocatie door het NOC*NSF kunnen met de VA contact opnemen via info@vechtsportautoriteit.nl. Vervolgens moeten zij voor hun eigen locatie een corona-protocol opstellen. Deze kunnen ze inleveren bij de VA die deze aan NOC*NSF zal overleggen voor goedkeuring. Zodra de topsportlocatie is goedgekeurd wordt deze vrijgegeven door de desbetreffende gemeente en veiligheidsregio. Ook hier geldt: gemeentelijk beleid is leidend, dus de gemeente heeft het laatste woord.

Sportschoolhouders en trainers/medewerkers

- Verifieer dat buiten trainen binnen de RIVM-richtlijnen ook in jouw gemeente wordt toegestaan op de locatie die jij voor ogen hebt aan de hand van dit protocol.
- Hou zo goed als mogelijk minimaal 1,5 meter afstand tot pupillen.
- Verspreid de regels die in dit Protocol Hervatting Vechtsporten zijn opgenomen aan alle leden en medewerkers van de sportschool.
- Werkzaamheden waarvan de aard van het werk het toelaat, worden vanuit huis gedaan.
- Trainers en begeleiders van boven 70 jaar en uit risicogroepen dienen zelf hun risico te analyseren of zij zich buiten sportparken of in de openbare ruimte in groepen kunnen begeven. Raadpleeg hiervoor desnoods je huisarts.
- Kom zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de accommodatie waar je training gaat geven.
- Vermijd drukte bij het geven van buitentrainingen voor alle leeftijdsgroepen.
- Probeer bij je lessen vermenging van de leeftijdsgroepen van kinderen en jongeren tot en met 18 jaar en de volwassen trainingsgroepen te voorkomen.
- Gebruik bij je lessen waar leeftijdsgroepen zijn vermengd de regels die voor de categorie van 19 jaar en ouder geldt.
- Adviseer leden de gebitsbeschermer thuis te laten.
- Bereid je voor op blessures: neem een telefoon en EHBO-materiaal mee.
- Maak pupillen bewust van de geldende regels, van het feit dat zij zichtbaar zijn en zich als ambassadeurs van hun sport moeten gedragen.
- Als je materiaal gebruikt, zoals bokszakken, stootkussens of poppen, ga er dan mee om conform het protocol voor de desbetreffende leeftijdsgroep. Neem reinigingsmateriaal mee en zorg dat eventueel zweet en speeksel meteen verwijderd worden.
- Neem contact op met je gemeente over de mogelijkheden wat betreft eventuele overdekking buiten voor trainingen bij slechte weersomstandigheden.
- Jeugdtrainers kunnen zich laten testen als zij minimaal 24 uur lang last hebben van corona-

gerelateerde klachten en worden doorverwezen door een arts. Bekijk voor meer informatie over de mogelijkheden om te testen de [informatiepagina](#) van de Rijksoverheid.

Bij eventuele opening sportscholen

- Sportscholen moeten voorlopig gesloten blijven tot in ieder geval 1 juli 2020.
- Zorg voor maximale hygiëne, vooral de pinterminal, deurknoppen en andere contactoppervlakten moeten gedesinfecteerd blijven worden. Reinig ook objecten die aangeraakt kunnen worden door klanten en bezoekers zoals prullenbakken, ed. zo regelmatig mogelijk. Voor meer informatie over het zorgen voor maximale hygiëne verwijzen wij naar de Algemene hygiënerichtlijn van het RIVM (<https://www.rivm.nl/hygienerichtlijnen/algemeen>).
- Stel een lijst met hygiëneregels op. Hang deze op bij de ingang en indien mogelijk ook op andere plekken in de sportschool. Publiceer de hygiëneregels ook op de website en verspreid deze via e-mail en eventueel de social media-kanalen van de sportschool.
- Zorg dat iedereen 1,5 meter af stand tot elkaar kan houden door dosering en routing binnen de sportschool. Zorg waar nodig voor persoonlijke beschermingsmiddelen (mondkapje, handschoenen, bril). Gebruik indien mogelijk een aparte ingang en een aparte uitgang om bezoekersstromen te scheiden.
- Bied geen sportactiviteiten aan waarbij er sprake is van lichamelijk contact.
- Deel de trainingsruimte op zodat de 1,5 meter afstand altijd gehouden kan worden. Als het uitzetten van lijnen niet mogelijk is, gebruik dan pionnen om de ruimten af te bakenen.
- Zorg dat de kleedkamers zijn afgesloten en niet worden geopend.
- Hou de kantine en/of bar gesloten.
- Verplicht het reserveren van een training in de sportschool via e-mail, social media of een rooster op de website. Geen reservering betekent geen training.
- Kort de lessen eventueel in, zodat er toch genoeg lesmogelijkheden zijn.
- Zorg dat er genoeg tijd tussen de gereserveerde lessen zit zodat leden één voor één de sportschool kunnen betreden of verlaten en zorg dat er te allen tijde iemand bij de deur staat om dit in goede orde te begeleiden.
- Verplicht het meenemen van eigen materialen zoals handschoenen, scheenbeschermers, waterfles etc. Als een lid dit niet zelf heeft meegenomen, kan hij/zij niet komen trainen.
- Geef medewerkers een uitgebreide instructie over hoe de regels werken en worden gehandhaafd rondom de trainingen en de sportschool. Geef medewerkers de instructie dat zij leden en andere medewerkers moeten aanspreken op ongewenst gedrag en bij overtreding van de regels.
- Zodra er meer duidelijkheid is over wanneer de sportscholen weer open mogen gaan zullen wij een uitgebreider en gedetailleerder protocol communiceren.

[EINDE DOCUMENT]