



- Er dient een trainer (of teamlid die deze training niet als speler maar puur als trainer fungeert) de teamtraining geven anders mag en kan er niet getraind worden. Deze persoon is ook herkenbaar aanspreekpunt voor toezichthouders/handhaving. Meetrainer (door speler/trainer) is niet toegestaan.
- Kom 5 minuten voor de start van de training, niet eerder (dat scheelt onnodig wachten en voorkomt dat trainingsgroepen elkaar tegenkomen), houdt onderling afstand.
- Ingang tot het complex via het toegangshek links van clubhuis, uitgang via het hek naast de tribune.
- Het clubhuis is gesloten en geen verblijfsruimte voor spelers of trainers, clubhuistoegang is alleen mogelijk voor toegang tot keeperslockers en bij ongevallen (in clubhuis altijd mondkapje).
- Routing op het complex blijft ongewijzigd. Om te voorkomen dat we tegengestelde stromen krijgen blijven we de velden 1, 2 en 3 opgaan bij de dubbele hekken (bij veld 1 en 2 dus achteraan en bij veld 3 aan de parkeerplaatszijde), en verlaten we het veld bij de enkele hekken (clubhuiszijde).
- Houdt minimaal 1.5m afstand binnen de groepjes .
- Maximaal aantal spelers is 16 (4 groepjes van 4) die maximaal verdeeld staan over het hele veld.
- 1 of 2 keepers mogen mits zij een eigen cirkel hebben en de spelers tijdens een oefening tot max 2 meter de cirkel ingaan. Dus geen duel met de keeper maar schieten vanaf rand cirkel.
- Zorg dat de groepjes van 4 in 4 duidelijk verschillende kleuren hesjes trainen zodat het voor iedereen duidelijk is wie bij welk groepje hoort. Zie echt ook onderstaande extra toelichting m.b.t. hesjes.
- De groepjes gelden voor de gehele training. Mixen of tussentijds wisselen is niet toegestaan.
- Jullie krijgen oefeningen voorgesteld waarbij het mogelijk is om op 1,5 meter te trainen. Zorg dat het doordraaischema van de oefeningen voor iedereen duidelijk is. De manager HTZ kan helpen met suggesties voor trainingsoefeningen.
- Afhankelijk van de actueel geldende corona-regels is er tijdens trainingen een COVID coördinator aanwezig die komt uit (of namens) 1 van de op dat moment trainende teams. Een extra aanwezige dus die NIET deelneemt aan de training. Hiervoor wordt dan een schema gemaakt. De COVID coördinator is altijd herkenbaar aan een oranje hesje.
- **Het goed opvolgen van de regels is echter nooit afhankelijk van het al of niet aanwezig zijn van een coördinator, maar is in eerste plaats eigen verantwoordelijkheid van de teams !**
- De COVID coördinator wordt actueel geïnstrueerd wat er van hem/haar verwacht wordt.
- Teams laten zich aanspreken door de COVID coördinator als zij zich niet aan de regels houden. Bij niet houden aan de regels hanteren we GEEN waarschuwingssysteem maar kan het betreffende team niet meer trainen.
- Omdat de groep van de trimmers relatief groot is, is er, zolang de avondklok ons in veldruimte beperkt, gepuzzeld hoe we iedereen trainingsruimte kunnen geven. Het is aan alle teams om zelf een planning te maken welke teamleden komen trainen, waarbij de maximale aantallen niet worden overschreden. Omdat het voor toezichthouders heel makkelijk is om ons op aantallen spelers op een veld te controleren, is het belangrijk dat we de gestelde maximale aantallen ook echt goed aanhouden.
- Verlaat het veld altijd en uitsluitend door het enkele hekje.
- Ga direct na de training naar huis door het hek naast de tribune. Blijf niet hangen want we hebben de trainingen zo ingedeeld delen dat vertrekkende groepen elkaar niet tegen hoeven te komen.
- Blijf niet hangen op de parkeerplaats.



### **HESJESGEBRUIK:**

Voor het kunnen organiseren van trainingen tijdens deze Corona-periode is het juiste gebruik van hesjes cruciaal. Vandaar dat we er op deze plek even expliciet aandacht aan besteden.

Belangrijk is dat handhavers en externe toezichthouders zowel op het complex als bij langsrijden van een afstand direct zien dat er echt maximaal 4 verschillende ploegen van maximaal 4 spelers op een veld staan. Dat kan alleen overtuigend als we ons er allemaal aan houden en een beetje extra aanzetten.

Dus iedereen uit ploeg draagt een gelijk hesje, en de gebruikte 4 kleuren hesjes per veld wijken duidelijk van elkaar af.

Dus altijd hesjes en niet een shirt in "ongeveer gelijke kleur". Geen shirts en hesjes door elkaar in een ploeg. Er is dus GEEN trainingsgroep "niet hesjes" maar elk trainingsploegje draagt hesjes (of hetzelfde shirt).

#### *Voorbeeld:*

In de praktijk trainen spelers vaak in shirts van allerlei kleuren of sportclubs van hun voorkeur. Daarom zien we in de praktijk bijvoorbeeld dat spelers die een overwegend rood shirt dragen, worden ingedeeld bij een rood team en dan vinden ze dat vaak herkenbaar genoeg rood dragen en dus zonder hesje spelen. In deze periode waar de ogen op ons gericht zijn is dat dus niet voldoende, maar werken we altijd met gelijke hesjes/shirts.

#### *Tip:*

Het is mogelijk voor de trainer om rekening te houden met de onder het hesje te dragen shirtkleur in relatie tot de indeling in een team met een bepaalde hesjeskleur. Ook zijn er teams die van tevoren al trainingsgroepen communiceren en gebruik maken van het lichtblauwe wedstrijdshirt en eventueel Forescate uit-shirt om zo alvast 2 van de trainingsgroepen in duidelijk afwijkende kleuren te laten trainen. Zolang alle shirts exact zelfde zijn en voldoende afwijken van de overige shirts/hesjes is dat natuurlijk ook toegestaan.

We willen echt voorkomen dat we verdere beperkingen moeten gaan invoeren, en we willen juist toewerken naar verruiming van trainingen en mogelijkheden, maar dat kan alleen als we ALLEMAAL meewerken.

Het klinkt misschien hard, maar we hanteren in deze testperiode een zero-tolerance-beleid.

Als een team zich niet aan een of meer van deze afspraken houdt, vervalt de training voor dat team voor de komende periode.

Als deze opzet lukt en alles goed gaat kunnen we hopelijk geleidelijk weer activiteiten uitbreiden en maatregelen versoepelen. We willen niets liever!