



RICHTLIJNEN EN PROTOCOL VERANTWOORD BOKSEN

Vanaf 1 juli 2020

VEILIGHEID EN HYGIENEREGELS VOOR IEDEREEN

Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren

- Voor alles geldt: **gezond verstand gebruiken staat voorop**
- 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: dit geldt voor iedereen
- Houd 1,5 m afstand met personen van 18 jaar of ouder (uitzondering tijdens het sporten)
- Vermijd drukte
- Was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie
- Schud geen handen

PROTOCOL VOOR SPORTERS vanaf 1 juli 2020

Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren

- Neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen in acht
- Voor aanvang van de sportactiviteit kan er afhankelijk van de sportlocatie en hoeveelheid personen voor een gezondheidscheck een aantal vragen worden gesteld
- Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen; Als je positief getest bent en/of als je een huisgenoot of een nauw contact bent van een bewezen COVID-19-patiënt blijf dan ook thuis
- Voor alle leeftijdsgroepen geldt dat zij normaal spelcontact mogen hebben. Dit betekent dat tijdens trainingen geen 1,5 meter afstand aangehouden hoeft te worden
- Voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 jaar en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamer, kantines etc.
- Alle kleedkamers en douches van binnensport locaties kunnen worden gebruikt. Voor 18 jaar en ouder geldt hierbij de 1,5 meter afstand
- Volg altijd de aanwijzingen zoals looproutes en instructies van de organisatie
- Blijf zoveel mogelijk bij je trainingsgroep indien er meerdere trainingsgroepen op de sportlocatie actief zijn
- Kom alleen op afspraak of met een reservering
- Kom niet eerder dan 15 minuten voor aanvang van het sporten op de accommodatie
- Volg altijd de aanwijzingen van het personeel op
- Vermijd geforceerd stemgebruik
- Neem het coronavirus serieus, het is nog steeds onder ons
- Spreek elkaar aan bij het niet naleven van hygiëneregels
- Gebruik zoveel mogelijk eigen materialen (bokshandschoenen, bandages, touwtje, matje etc.). Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen met water en zeep of reinigingsdoekjes
- Zorg voor extra hygiëne van de gebitsbeschermer
- Zorg voor eigen verzorgingsmiddelen (handdoek, tissues etc.)
- Zorg voor eigen bidon of waterfles (voorzien naam/nummer)
- Verlaat direct na het sporten de accommodatie