



**Heropstart sportsector: Richtlijnen voor clubs, atleten & organisatoren tijdens de corona exitstrategie
(Update 23/07/2020)**

Basisrichtlijn

Houd je altijd aan de basisrichtlijnen
betreffende hygiëne

© 2020 De Persgroep Media. Alle rechten voorbehouden. De Persgroep Media is niet aansprakelijk voor schade van welke aard ook voortvloeiende uit het gebruik van de afbeeldingen op deze website.



HET CORONAVIRUS

Hoe kan je een besmetting voorkomen?



**Was je handen
regelmatig en grondig
met water en zeep.**
Reken zo'n 40 à 60
seconden per wasbeurt.



**Hoest of nies
in een papieren
zakdoekje of in de
binnenkant van
je elleboog.**



**Gebruik papieren
zakdoekjes en
gooi ze weg in
een afsluitbare
vuilbak.**



**Blijf zo veel
mogelijk thuis.**
Ziek? Blijf dan in
isolatie.



**Raak je gezicht zo
weinig mogelijk aan
met je handen.**



**Vermijd
handen
geven.**



**Vermijd
nauw contact.**
Hou voldoende
afstand (1,5 m).

DRAAG ZORG VOOR JEZELF EN ZO OOK VOOR ANDEREN.

Heropstart sportsector

De nationale veiligheidsraad keurde op advies van Gezond Sporten Vlaanderen de fasering voor heropstart van de sportsector goed. De geplande volgende fase die zou ingaan op 1 augustus, wordt niet uitgevoerd. De huidige maatregelen blijven van kracht.

Alle laatste informatie kan je steeds [hier](#) terugvinden op de website van Sport Vlaanderen.

Momenteel toegestaan:

- Trainingen in **groep mét contact** (max. 50, inclusief sportbegeleiders), zowel indoor als outdoor en in georganiseerd verband.
- De regel van social distancing geldt **niet voor -12 jarigen.**
- Er moet steeds een **meerderjarige verantwoordelijke** aanwezig zijn.
- **Kleedkamers en douches** kunnen gebruikt worden, zie specifieke richtlijnen in [protocol sportinfrastructuur](#).
- **Wedstrijden** kunnen weer plaatsvinden, maximaal 400 toeschouwers bij outdoor evenement (200 indoor) en naleving veiligheidsprotocollen.
- **Sportkampen** mogelijk tot 50 deelnemers.

Heropstart sportsector

De nationale veiligheidsraad keurde op advies van Gezond Sporten Vlaanderen de fasering voor heropstart van de sportsector goed. De geplande volgende fase die zou ingaan op 1 augustus, wordt niet uitgevoerd. De huidige maatregelen blijven van kracht.

RICHTLIJNEN VOOR INDIVIDUELE ATLETEN

Richtlijnen individuele atleten

- 1) Trainen in groep tot max. 50 personen;
- 2) Beperk het fysiek contact;
- 3) Gebruik eigen materiaal;
- 4) Blijf thuis als je ziek bent;
- 5) Wees hoffelijk.

Momenteel gelden volgende richtlijnen voor individuele atleten:

1. Trainingen (bv. fietstochten) in groep kunnen **tot max. 50 personen** (incl. begeleider), zowel indoor als outdoor;
2. **Beperk het fysiek contact** tussen de verschillende leden van de groep;
3. We adviseren nog steeds het gebruik van **eigen trainingsmateriaal en drinkbus**, reinig deze regelmatig.
4. Train alleen wanneer je fit bent. Heb je **koorts?** **Blijf dan thuis** en consulteer uw huisarts;
5. Wees je bewust van de impact op de omgeving, **fiets dus hoffelijk** en maak er geen wedstrijd van.

Heropstart sportsector

De nationale veiligheidsraad keurde op advies van Gezond Sporten Vlaanderen de fasering voor heropstart van de sportsector goed. De geplande volgende fase die zou ingaan op 1 augustus, wordt niet uitgevoerd. De huidige maatregelen blijven van kracht.

RICHTLIJNEN VOOR CLUBS

Richtlijnen voor clubs:

- 1) Trainen in groep tot max. 50 personen;
- 2) Beperk het fysiek contact;
- 3) Beperk het delen van materiaal;
- 4) Blijf thuis als je ziek bent;

Momenteel gelden volgende richtlijnen voor clubs:

1. Trainingen in groep kunnen **tot max. 50 personen** (incl. begeleider), zowel indoor als outdoor;
2. Beperk het fysiek contact tussen de verschillende leden van de groep;
3. We adviseren nog steeds het **gebruik van eigen trainingsmateriaal en drinkbus**, reinig deze regelmatig. Deel je materiaal? Ontsmet het dan voor en na gebruik.
4. Train alleen wanneer je fit bent. Heb je **koorts?** **Blijf dan thuis** en consulteer uw huisarts.

Richtlijnen voor clubs:

- 1) Stel een coördinator aan
- 2) Kiss & Ride
- 3) Strikt start- en einduur

Volgende tips blijven van toepassing:

1. Stel binnen je club **een coördinator** aan. Deze persoon is verantwoordelijk voor de **communicatie** en enige aanspreekpunt. Hij/zij kijkt ook toe op het correct naleven van de maatregelen.
2. Een verplaatsing naar de sportaccommodatie is toegestaan, denk echter aan:
 - a) Een **kiss & ride zone**: als atleten worden afgezet is dit volgens het “kiss & ride” principe. Er wordt niet afgesproken om samen naar de training te rijden. Verplaatsingen **enkel met gezinsleden**.
 - b) Zorg voor **een strikt start- en einduur** van de training en houd je eraan. Beperk het verblijf op de club zoveel mogelijk tot de duur van de training.

Richtlijnen voor clubs:

- 3) Douches en kleedkamers weer open;
- 4) Cafeteria's kunnen weer open
- 5) Train in groepen van max. 50 personen
- 6) Beperk gedeeld materiaal

3. Douches en omkleedruimten mogen weer openen;
4. **Cafeteria's kunnen openen**, mits in acht name voorschriften horecasector, zie website [Horeca Vlaanderen](#).
5. Stel **groepen van max. 50 personen** samen die zoveel mogelijk samen trainen, vermijd contact tussen deze groepen;
6. **Vermijd dat er materiaal wordt gedeeld**, ook binnen dezelfde trainingsgroep. Is het toch nodig, ontsmet het dan voor en na gebruik.
7. Vraag ouders **een mondmasker te dragen** bij het afzetten en ophalen van hun kinderen.

Richtlijnen clubs: Tips voor jeugdtraining

- 1) Max. 50 personen;
- 2) Vermijd niet noodzakelijk contacten;
- 3) Aandacht voor algemene hygiënemaatregelen.

Hoewel social distance voor -12 jarigen niet meer nodig is, adviseren we

1. Om ook hier met max. 50 personen samen te trainen;
2. Niet noodzakelijke contacten tussen sportbegeleider en sporters te vermijden;
3. Blijf voldoende aandacht hebben voor algemene hygiënemaatregelen voor, tijdens en na de training;

Richtlijnen clubs: Zwemmen

- 1) Zwembaden weer open;
- 2) Protocol zwembadexploitanten;
- 3) Belangrijkste richtlijnen.

De zwembaden zijn weer openen. Lees voor volledige info het [protocol voor zwembadexploitanten](#) na.

Naast de algemene richtlijnen (zie eerder) gelden volgende aandachtspunten voor zwembaden:

- Douchen gebeurt voor de training in het zwembad en na de training thuis;
- Maak een vast schema van zwemmers en communiceer dit met de exploitant;
- Hou rekening met de richtlijnen van 1 persoon per 10m² (of 5 zwemmers in een baan van 25m);
- Vraag aan de ouders de kinderen buiten op te wachten en niet te verzamelen in de inkomhal;
- Ga in overleg en volg steeds de richtlijnen van de zwembadexploitant!

Richtlijnen clubs: Zwemmen

1) Open water

Mits toestemming van de lokale overheid of infrastructuurbeheerder kan er in **open water** gezwommen worden. De algemene veiligheids- en hygiënevoorschriften blijven van toepassing.

Richtlijnen clubs: Fietsen

- 1) Tot max. 50 personen (incl. begeleiders)
- 2) Informeer naar afgesloten infrastructuur
- 3) Afstand houden
- 4) Wees hoffelijk

Naast de algemene richtlijnen hou je rekening met volgende aanbevelingen voor de fietstrainingen:

1. Er kan een groepstraining op de openbare weg gehouden worden met max. 50 personen (incl. begeleiders);
2. Informeer bij de lokale overheid naar de mogelijkheden om te fietsen op afgesloten infrastructuur (bv. outdoor wielerpiste), dit is steeds veiliger;
3. Hoe hoger de snelheid, hoe meer afstand er gehouden moet worden;
4. Wees hoffelijk voor elkaar en anderen. De veiligheid primeert steeds op het trainingsdoel, ook op training vermijd je dus competitieve situaties.

Richtlijnen clubs: Lopen

- 1) Openbare weg
- 2) Atletiekpiste

Naast de algemene richtlijnen hou je rekening met volgende aanbevelingen voor de looptrainingen:

1. Er kan een groepstraining op de openbare weg gehouden worden met max. 50 personen (incl. begeleiders);
2. Op een atletiekpiste kan er getraind worden in verschillende groepen van max. 50 personen verspreid over de piste (bv. 1 groep kan looptraining doen, andere groep core stability in ander zone).

Richtlijnen clubs: Gedrags- protocollen

Binnen de club zijn veel verschillende mensen actief (sporters, vrijwilligers, bestuurders, trainers,...). Om de heropstart van de sportsector vlot te laten verlopen is belangrijk dat iedereen zijn verantwoordelijkheid neemt.

Sport Vlaanderen werkte voor verschillende profielen gedragsprotocollen uit. Lees ze na en download affiches op volgende [pagina](#).

Verspreid deze binnen uw club!

Heropstart sportsector

De nationale veiligheidsraad keurde op advies van Gezond Sporten Vlaanderen de fasering voor heropstart van de sportsector goed. De geplande volgende fase die zou ingaan op 1 augustus, wordt niet uitgevoerd. De huidige maatregelen blijven van kracht.

RICHTLIJNEN VOOR ORGANISATOREN

Richtlijnen voor organisatoren:

- 1) Algemene veiligheidsrichtlijnen
- 2) Event Risk Model

Momenteel gelden volgende richtlijnen voor organisatoren:

1. De algemene veiligheidsrichtlijnen werden samengevat in volgend [document](#);
2. Sinds 1 juli is er een Event Risk Model van kracht. Organiseer je een wedstrijd? Vul dit dan zeker in via volgende [link](#).

Samen komen we er door!

Deze richtlijnen zijn gebaseerd op de richtlijnen van de Overheid en vertaald naar de specifieke trainingssituatie van de Vlaamse clubatleten. De atleten en hun begeleiders blijven ten allen tijde verantwoordelijk voor hun eigen veiligheid en hun omgeving.

