



Corona-Protocol Utrechtse Rugby Club

Richtlijnen voor rugbytrainingen en -wedstrijden

versie 3.0

1 september 2020

Het bestuur van URC heeft de volgende richtlijnen opgesteld om de trainingen en wedstrijden (jeugd en senioren) vanaf september te organiseren.

De trainingen en wedstrijden kunnen alleen doorgaan als we met z'n allen ons strikt houden aan de richtlijnen.

De richtlijnen zijn opgesteld aan de hand van en in lijn met:

- informatie van de Rijksoverheid, 'basisregels voor iedereen' (1-9-2020)
- de richtlijnen van het RIVM (1-9-2020)
- de noodverordening Veiligheidsregio Utrecht (1-9-2020)
- het protocol 'verantwoord sporten' van het NOC/NSF (1-9-2020)
- aanvullende richtlijnen en adviezen van Rugby Nederland (1-9-2020)
- richtlijnen van Koninklijke Horeca Nederland

Afwijkingen van deze richtlijnen zijn niet toegestaan, behalve als deze expliciet zijn gecommuniceerd door het bestuur.

Thuisblijven:

In dit protocol wordt gesteld dat je met 'ziekteverschijnselen' thuis moet blijven.

Hiermee bedoelen we:

Milde klachten: Verkoudheidsklachten, neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoest, verhoging of als je plotseling niet goed meer ruikt of proeft.

- Laat je testen en blijf thuis tot de uitslag bekend is. Kijk op [Rijksoverheid.nl](https://www.rijksoverheid.nl) hoe je een afspraak voor een test maakt;
- Negatieve test, wel verkoudheid? Blijf thuis totdat klachten zijn verdwenen.

Ernstige klachten: Benauwdheid en/of koorts (boven de 38 graden) of als je je steeds zieker voelt.

- Bel direct de huisarts of de huisartsenpost.

Blijf verder thuis als quarantaine is aangeraden, bijvoorbeeld na terugkeer uit een land met code oranje of rood

Hygiëne maatregelen:

- RIVM Richtlijnen blijven leidend;
- Vermijd drukte;
- Pas hygiëneregels toe
 - Was vaak je handen met water en zeep, daarna handen goed drogen.
 - Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.
 - Gebruik papieren zakdoekjes om je neus te snuiten en gooi deze daarna weg.
 - Schud geen handen.
 - Iedereen boven de 12 jaar houdt buiten het veld 1,5 meter afstand;
- Bij binnenkomst op het sportterrein wast iedereen zijn handen met desinfectans;
- Materialen worden voor en na elke training gedesinfecteerd in grote bakken (pannen);
- Niet in groepsverband te zingen of schreeuwen;
- Spelers komen aangekleed met eigen bidon, voorzien van naam en/of rugnummer, naar de club. Bitjes houd je zelf bij je;
- Spelers zijn thuis naar het toilet geweest;
- (Milde) ziekteverschijnselen? Blijf thuis, ook na een negatieve corona-test.

Definities leeftijdscategorieën:

Het landelijk protocol stelt een scheiding in maatregelen op basis van drie leeftijdscategorieën:

- Jeugd tot en met 12 jaar: Guppen, Turven, Benjamins, Mini's;
- Jeugd van 13 tot en met 17 jaar: Cubs, Junioren, Colts;
- Senioren, vanaf 18 jaar.
- Cubs van 12 jaar vallen in de leeftijdscategorie 13 t/m 17 jaar en de daarvoor geldende restricties;
- Gedispenseerde spelers sluiten aan bij de groep waar zij naar gedispenseerd zijn, met de daarbij geldende regels.

Algemene regels spelers:

Jeugd:

- Voor deze groep gelden geen strikte beperkingen binnen het veld voor trainingen en wedstrijden bij het beoefenen van de sport: Contact is toegestaan als de sport daarom vraagt;
- Jeugd van 13 tot en met 17 jaar houdt buiten het veld minimaal 1,5 meter afstand ten opzichte van volwassenen.

Senioren:

- Voor deze groep gelden beperkingen binnen het veld voor trainingen en wedstrijden: Contact is toegestaan, als de sport daar om vraagt. Ieder ander contact moet vermeden worden;
- Deze groep houdt buiten het veld minimaal 1,5 meter afstand ten opzichte van personen ouder dan 12 jaar.

Richtlijnen bij Trainingen voor Spelers en Staf

- Spelers komen maximaal 15 minuten voor aanvang training omgekleed bij URC. Tassen kunnen worden neergezet in het clubhuis, binnen de aangegeven zones, op de planken tegenover de kleedkamers;
- Er zijn géén kleedkamers beschikbaar voorafgaand aan de training;
- Na de training kan gebruik worden gemaakt van de kleedkamers, met de volgende beperkingen:
 - Jeugd mag per team in een kleedkamer, onbeperkt douchen
 - Senioren hebben een maximum aan spelers/coaches per kleedkamer:
 - kleedkamers 1 2 en 3:
 - maximaal 10 personen per kleedkamer
 - maximaal 3 personen per kleedkamer tegelijk douchen
 - kleedkamers 4 en 5:
 - maximaal 12 personen per kleedkamer
 - maximaal 4 personen, in totaal voor beide kleedkamers, tegelijk douchen
- Toiletgebruik is alleen in noodgevallen toegestaan, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- Het materiaalhok is alleen toegankelijk voor trainers, voorkom drukte en houdt 1,5 meter afstand;
- Fysio is alleen toegankelijk voor speler die vooraf via Whatsapp een afspraak hebben met Karim;
- Geen samenscholing, zowel binnen als buiten het sportterrein, houdt 1,5 meter afstand
Zolang het clubhuis gesloten is, worden spelers verzocht zo snel mogelijk naar huis te gaan.

Fitness trainingen

Voor de fitnessruimte wordt een eigen protocol ontwikkeld.

Gebruik van de fitnessruimte is totdat het fitnessprotocol is ontwikkeld en opgenomen in dit protocol, niet toegestaan.

Richtlijnen bij Thuiswedstrijden voor Spelers en Staf

- Bij jeugd tot en met 12 jaar worden de richtlijnen TBM gevolgd. In overleg met het district wordt een minimaal aantal teams per wedstrijddag uitgenodigd;
- Bij Jeugd van 13 tot en met 17 jaar kunnen 2 wedstrijden tegelijk worden gespeeld;
- Bij senioren wordt maximaal 1 wedstrijd tegelijk gespeeld.
Het andere veld mag alleen gebruikt worden voor de warming-up van teams die een volgende wedstrijd spelen;
- Spelers en staf (ook van bezoekende clubs) komen maximaal 1 uur voor KO omgekleed bij URC. Tassen kunnen worden neergezet in het clubhuis, binnen de aangegeven zones, op de planken tegenover de kleedkamers;
- Er zijn géén kleedkamers beschikbaar voor de wedstrijd;
- Er kan één kleedkamer gezamenlijk, door URC en gasten, worden gebruikt voor EHBO- of fysio-behandelingen (tappen). Deze kleedkamer wordt apart hiervoor aangemerkt.

- Bij wedstrijden betreden en verlaten teams om de beurt het speelveld, er worden geen handen geschud;
- Captains melden zich voor de toss bij de scheidsrechter(s). Houd hierbij 1,5 meter afstand
- Zingen of te schreeuwen in groepsverband, is niet toegestaan
 - Geen yel of aanmoedigingskreet
 - Geen (club)lied zingen;
- Contact is alleen toegestaan als de sport daartoe vraagt (vanaf 13 jaar en ouder)
 - Geen High fives, geen fysiek contact in een cirkel voor en/of na de wedstrijd en dergelijke;
- Het is verboden te spugen en/of zonder zakdoek de neus te snuiten
 - vermeend expres spugen/niesen wordt bestraft met rode kaart;
- Houd bij het poortje ook 1,5 meter afstand van elkaar, met minimaal 4 meter tussenruimte;
- Uitreiking van de speler van de wedstrijd, het maken van teamfoto's en dergelijke, dient direct na de wedstrijd op het veld te gebeuren;
- Na de wedstrijd kunnen teams gebruik maken van de hen aangewezen kleedkamer
 - Jeugd mag per team in een kleedkamer, onbeperkt douchen
 - Senioren hebben een maximum aan spelers/coaches per kleedkamer:
 - kleedkamers 1 2 en 3:
 - maximaal 10 personen per kleedkamer
 - maximaal 3 mensen per kleedkamer tegelijk douchen
 - kleedkamers 4 en 5:
 - maximaal 12 personen per kleedkamer
 - maximaal 4 mensen, in totaal voor beide kleedkamers, tegelijk douchen;
- Bezoekende teams wordt verzocht binnen twee uur na het laatste fluitsignaal het sportterrein weer te verlaten. Zo houden we voldoende capaciteit om ook het volgende team weer als onze gasten te kunnen ontvangen;
- Geen samenscholing, zowel binnen als buiten het sportterrein, houdt 1,5 meter afstand.

Richtlijnen bij uitwedstrijden:

- Teammanagers vragen vooraf de geldende richtlijnen bij de club die wordt bezocht en delen deze met de staf, trainers en eventueel ouders;
- Teams volgen de geldende richtlijnen bij de club die wordt bezocht;
- Geen regels? Gebruik je gezonde verstand, handel in de geest van de richtlijnen van URC.

Algemene regels Toeschouwers:

Toeschouwers zijn mensen die het sportterrein betreden en

- niet deelnemen aan de wedstrijd/training;
- geen rol hebben binnen teamstaf of medische begeleiding;
- geen official (referee, wedstrijdsecretaris, EHBO'er...) zijn tijdens de training/wedstrijd

- Toeschouwers zijn niet toegestaan bij zowel wedstrijden als trainingen, totdat het URC clubhuis is opengesteld. Uitzonderingen hierop zijn:

- ouders van kinderen die hun eerste training bij URC volgen
- ouders bij de eerste training van eerstejaars turven (oud-guppen)
- ouders, expliciet uitgenodigd door trainers of teammanagers
- maximaal 5 (exclusief staf) ouders/chauffeurs van bezoekende clubs per team/categorie
- door bestuur genodigden
- *mits* iedereen ouder dan 17 jaar buiten het veld te allen tijde 1,5 meter afstand houdt

Na opening van het clubhuis

- Toeschouwers registreren zich via een QR code en hun mobiel;
- Toeschouwers ouder dan 17 jaar houden op het terrein onderling én ten opzichte van jeugd ouder dan 12 jaar, te allen tijde 1,5 meter afstand;
- Toeschouwers staan langs de velden alleen aan de lange zijde van het veld;
- Bij een bezoek aan een jeugdwedstrijd, staan bezoekers bij beide velden aan de buitenzijde van het sportterrein. Er zijn dus geen toeschouwers tussen beide velden. Deze ruimte tussen veld 1 en veld 2 is alleen toegankelijk voor spelers en staf;
- Bij een bezoek aan een senioren wedstrijd, staan bezoekers aan beide lange zijden van het veld. Zij houden minimaal 1,5 meter afstand van de technische zone, die gereserveerd is voor spelers en staf;
- Bij de hekken geven stickers de afstand van 1,5 meter aan. Toeschouwers houden zich aan de aangegeven vakken;
- Het is niet toegestaan in groepsverband te schreeuwen of te zingen
 - geen (club)lied zingen, geen schreeuwende aanmoedigingen;
- Bij het verlaten van het terrein checken toeschouwers zich uit via een QR code en hun mobiel.

Bezoek en Gebruik Clubhuis:

Het Clubhuis blijft gesloten tot het uiterlijk het eerste competitieweekend (3/4 oktober)

Uitzonderingen hierop zijn:

- vooraf gereserveerd gebruik van het clubhuis, gericht op de organisatie van de club
- vooraf gereserveerd gebruik van het clubhuis, gericht op teambuilding of kennisdeling
- *mits* er 1,5 meter afstand bewaard wordt door iedereen van 18 jaar en ouder
- *mits* er toestemming is van het bestuurslid Clubhuis

Na opening van het clubhuis

- Het barpersoneel wordt georganiseerd en geïnstrueerd door de barcommissie;
- In de keuken mogen maximaal 3 personen tegelijk aan het werk zijn;
- In de bar mogen (extra) maximaal 3 personen tegelijk aan het werk zijn;
- Volg bij bezoek aan het clubhuis altijd de aanwijzingen van het barpersoneel op;
- Het clubhuis mag alleen gasten ontvangen die een zitplaats hebben.
Geen zitplaats meer? Wacht dan buiten op gepaste afstand totdat er weer ruimte is;
- Tafels en stoelen mogen niet verschoven worden. Per tafel mogen maximaal 2 personen zitten;

- Bestellen kan alleen aan je eigen tafel, niet aan de bar. Volg de instructies;
- Registratie voor bezoek aan het clubhuis is niet nodig; bezoekers hebben zich al geregistreerd bij het toegangshek van URC. Het maximaal aantal bezoekers wordt geborgd door het maximaal aantal beschikbare zitplaatsen.

Onweerprotocol

Als onweer wordt voorspeld, gaan trainingen en oefenwedstrijden niet door.

De wedstrijdsecretaris treedt in overleg met de benodigde instanties om te besluiten wat er met competitiewedstrijden gebeurt.

Bij onweer en andere (weers)omstandigheden die het verblijf buiten gevaarlijk maken, terwijl er trainingen of wedstrijden bezig zijn geldt

tijdens trainingen:

- De jeugd gaat zo snel mogelijk naar binnen en wacht het onweer af in de kleedkamers
- Senioren gaan zo snel mogelijk naar huis, zij schuilen niet in de kleedkamers of het clubhuis
- Toeschouwers gaan zo snel mogelijk naar huis

tijdens wedstrijden:

- De jeugd gaat zo snel mogelijk naar binnen en wacht het onweer af in de kleedkamers
- Senioren die op het veld staan, gaan zo snel mogelijk de kleedkamers in
- Senioren die hebben gespeeld of nog moeten spelen, schuilen zittend in het clubhuis
- Toeschouwers maken als nodig plaats in het clubhuis voor spelers, en gaan dan zo snel mogelijk naar huis

Corona-coördinator

Een corona-coördinator is een vrijwilliger die

- Het directe aanspreekpunt is voor mensen met vragen over het protocol;
- Naleving van het protocol zo goed mogelijk handhaaft.

Richtlijnen omtrent de corona-coördinator

- Er is altijd minimaal 1 corona-coördinator aanwezig tijdens trainingen en wedstrijden;
- Tijdens trainingen is de hoofdtrainer de corona-coördinator. Hij/zij is verantwoordelijk voor de naleving van het protocol door de spelers en spreekt toeschouwers aan als het protocol onjuist wordt gevolgd;
- Tijdens wedstrijden regelt ieder team een corona-coördinator. Dit kan geregeld en afgestemd worden met andere teams, zoals ook barbezetting wordt ingevuld en afgestemd;
- De corona-coördinator leest vooraf het protocol en krijgt vooraf een schriftelijke instructie;
- De corona-coördinator heeft als back-up altijd een bestuurslid van dienst.

Communicatie

- Aanspreekpunt binnen het bestuur is Bas de Boer, bestuurslid Jeugd.
- Het bestuur communiceert de (eventuele aanpassingen op) richtlijnen met de (jeugd)staf
- Het bestuur communiceert de (eventuele aanpassingen op) richtlijnen met de leden en de ouders - nieuwsbrief, website, social media, verder verspreid via teammanagers
- Praktische vragen van ouders/jeugdspelers verlopen (zoals gewend) via de teammanager
- De teamstaf kan vragen over de richtlijnen stellen aan het bestuur

Uitzonderingen

Door het bestuur vastgestelde uitzonderingen worden gecommuniceerd naar de betreffende hoofdtrainer(s) en/of teammanager(s) en (met vernoeming van ingangsdatum) opgenomen in de laatste versie van dit plan van aanpak.

Er zijn geen uitzonderingen op dit protocol

Wijzigingen

Door het bestuur vastgestelde wijzigingen worden gecommuniceerd naar de betreffende hoofdtrainer(s) en/of teammanager(s) en gecorrigeerd en (met vernoeming van ingangsdatum) als wijziging genoemd in de laatste versie van dit plan van aanpak.

Wijzigingen versie 3.0

- Het gehele protocol is herzien, gezien de ruime verbreding van richtlijnen

BIJLAGE 1

Richtlijnen Trainers

- Training geven of wedstrijden begeleiden is niet verplicht!
Voelt het persoonlijk niet goed om op het veld te staan, snappen we dat en blijf je gewoon thuis.
- Bij (lichte) ziekteverschijnselen blijf je in ieder geval thuis.
- Spelers met (lichte) ziekteverschijnselen mogen NIET trainen of spelen,
- dit geldt ook na een negatieve corona-test;
- Communiceer duidelijk aanvangs- en eindtijden van warming-up, trainingen of bijeenkomsten.
Houd je aan deze tijden, zodat spelers op tijd kunnen komen en kunnen worden opgehaald;
- Was bij binnenkomst je handen met desinfectans via een handpompje;
- Houd 1,5 meter tot iedereen ouder dan 12 jaar;
- Bereid je warming-up of training voor, zorg dat alles klaar ligt voordat de spelers komen;
- Gebruik zo min mogelijk materialen;
- Alleen de trainers pakken materialen uit het materiaalenhok, spelers blijven buiten;
- Desinfecteer vooraf de materialen die je gaat gebruiken (was in grote pannen);
- Neem voor elke warming-up of training met de spelers de regels door;
- Stuur geen spelers direct door naar de fysio, laat spelers vanaf huis een afspraak maken;
- Gebruik geen teamkratjes met water – alleen het gebruik van eigen bidons is toegestaan
- Desinfecteer na gebruik de materialen weer;
- De trainers ruimen het materiaal in het materiaalhok, de spelers blijven buiten;
- Was bij het verlaten van het terrein je handen met desinfectans via een handpompje;
- Vraag ongenode ouders/toeschouwers bij een training te vertrekken;
- Verzoek ouders/toeschouwers zich aan de regels te houden, spreek zo nodig mensen hier op aan en meldt (consequente) overtredingen aan het bestuur;
- Handhaaf richtlijnen strikt;
- Zorg dat bij uitwedstrijden richtlijnen van ontvangende club bekend zijn.
Informeel (eventueel via teammanagers) spelers, staf en zo nodig toeschouwers over de geldende richtlijnen bij de ontvangende club. Volg bij uitwedstrijden het protocol van de ontvangende club;
- Bij het ontbreken van een protocol bij uitwedstrijden, óf bij een protocol dat minder strikt is omschreven als het protocol van URC, gebruik je het gezonde verstand. Handel in de geest van de richtlijnen van URC

BIJLAGE 2

Richtlijnen Spelers

- Training volgen of wedstrijden spelen, is niet verplicht!
Voelt het persoonlijk niet goed om training te volgen of om wedstrijden te spelen, snappen we dat en blijf je gewoon thuis.
- Bij (lichte) ziekteverschijnselen blijf je in ieder geval thuis.
- Was bij binnenkomst je handen met desinfectans via een handpompje;
- Volg altijd de aanwijzingen van begeleiders en trainers;
- Houd buiten het veld altijd 1,5 meter afstand tot trainers en begeleiders, Senioren houden ook afstand tot spelers ouder dan 12 jaar;
- Kom niet eerder dan 15 minuten voor aanvang van je training of warming-up naar URC;
- Zorg dat je sportkleding aan hebt en thuis naar de wc bent geweest;
- Plaats eventueel je tas in het clubhuis, binnen de aangegeven zones, op de planken tegenover de kleedkamers
- Kleedkamers zijn alleen open ná je training en ná je wedstrijd.
- Gebruik de toegewezen kleedkamer(s) en check hoeveel spelers er maximaal in de kleedkamer mogen zijn en hoeveel spelers er maximaal tegelijk mogen douchen.
- Kom zelfstandig, liefst per fiets, kom anders met één persoon uit jouw huishouden;
- Was je handen voor en na de training;
- Gebruik alleen je eigen bidon. Voorzie je bidon van naam en/of rugnummer;
- Houd je beetje altijd zelf bij je;
- Alleen trainers pakken materialen, wacht op afstand tot de training of warming-up begint;
- Verlaat na de training zo snel mogelijk het sportterrein, blijf niet hangen op of rond de club;
- Meld je altijd af als je niet komt, zo weten we hoeveel spelers we kunnen verwachten;
- In het veld is contact toegestaan, maar alléén in spelsituaties. Vermijd al het andere contact;
- Respecteer de (spel)regels in het veld
 - niet spugen, geen neus snuiten zonder zakdoek
 - niet schreeuwen of zingen, ook dus geen yel
 - een poortje op 1,5 meter afstand, minimaal 4 meter breed bij spelers vanaf 18 jaar;
- Volg de instructies die gelden in het clubhuis;
- Zorg bij uitwedstrijden dat je vooraf weet welke regels er gelden bij de club waar je naartoe gaat;
- Volg bij uitwedstrijden het protocol van de ontvangende club;
- Geen protocol? Gebruik je gezonde verstand en gedraag je zoals je ook bij URC je zou gedragen.

BIJLAGE 3

Richtlijnen Ouders

- Training volgen of wedstrijden spelen, is niet verplicht!
Voelt het persoonlijk niet goed dat je kind training volgt of wedstrijden speelt, snappen we dat en blijft hij/zij thuis;
- Bij (lichte) ziekteverschijnselen blijft je kind in ieder geval thuis, ook na een negatieve corona-test;
- Neem de richtlijnen voor spelers vooraf met je kind door; zorg dat kinderen de regels snappen. Doe dit zéker bij uitwedstrijden, omdat regels bij andere clubs kunnen verschillen;
- Laat je kind zo mogelijk zelfstandig, liefst per fiets, komen.
- als begeleiding nodig is, dan door één volwassene uit hetzelfde huishouden;
- Zorg dat je kind in sportkleding komt, met eigen bidon (voorzien van naam en/of rugnummer) en met beetje;
- Er zijn geen kleedkamers voor de wedstrijden of trainingen
- Na de wedstrijden kunnen spelers jonger dan 18 'normaal' gebruik maken van de kleedkamers en de douches.
- Toiletgebruik bij trainingen is alleen voor noodgevallen; laat je kind thuis nog even naar de wc
- Kinderen zijn vanaf 15 minuten voor hun training of warming-up welkom.
- Volg bij halen brengen zo nodig de aanwijzingen van de begeleiders;
- Ouders kunnen nog niet toekijken bij wedstrijden of trainingen*
Alleen ouders die expliciet zijn uitgenodigd door trainers of teammanagers mogen het sportterrein betreden
- Meld je kind altijd af als hij/zij niet komt, zo weten we hoeveel spelers we kunnen verwachten

** vanaf oktober zijn ook ouders weer gewoon welkom. De dan geldende regels staan al in dit protocol beschreven, maar zijn nog niet van toepassing.*