



Corona-Protocol Utrechtse Rugby Club

Richtlijnen voor rugbytrainingen en -wedstrijden

versie 4.0
15 oktober 2020

Het bestuur van URC heeft de volgende richtlijnen opgesteld om de trainingen en wedstrijden (jeugd en senioren) vanaf half oktober 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' (14-10-2020)
- de richtlijnen van het RIVM (14-10-2020)
- de noodverordening Veiligheidsregio Utrecht (14-10-2020)
- het protocol 'verantwoord sporten' van het NOC/NSF (14-10-2020)
- aanvullende richtlijnen en adviezen van Rugby Nederland (15-10-2020)
- 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*

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

- Laat je testen en blijf thuis tot de uitslag bekend is.
- Negatieve test, wel verkoudheid? Blijf thuis totdat klachten zijn verdwenen.
- Ernstige klachten? Bel direct de huisarts of de huisartsenpost.

Blijf verder thuis

- Als quarantaine is aangeraden, bv na terugkeer uit een land met code oranje of rood
- Als één van je huisgenoten last heeft van koorts *en/of* benauwdheid

* Jeugd tot en met 12 jaar met verkoudheidsklachten of bekende hooikoortsklachten, mag trainen en wedstrijden spelen. Dit geldt niet als de speler een nauw contact is van iemand die corona heeft, óf bij iemand woont die koorts heeft of benauwd is. Dan moet hij of zij thuisblijven. (snotneusbesluit)

Inhoudsopgave

1.	Algemene Richtlijnen.....	3
1.1	Hygiëne maatregelen:	3
1.2	Definities leeftijdscategorieën:	3
1.3	Algemene regels spelers:.....	3
2	Trainingen.....	4
2.1	Richtlijnen voor spelers en staf	4
2.2	Trainingstijden.....	4
2.3	Richtlijnen voor gebruikers gym.....	4
3.	Wedstrijden	5
3.1	Richtlijnen bij thuiswedstrijden voor spelers en staf	5
3.2	Richtlijnen bij uitwedstrijden	6
4.	Onweerprotocol	6
5.	Algemene regels Toeschouwers.....	6
5.1	definitie toeschouwers (publiek).....	6
5.2	Toeschouwers langs het veld	6
5.3	Bezoek en Gebruik Clubhuis:.....	6
6.	Covid-19 besmettingen	7
7.	Organisatie	7
7.1	Bestuur	7
7.2	Corona-coördinator	7
8.	Over dit protocol	8
8.1	communicatie.....	8
8.2	Uitzonderingen.....	8
8.3	Wijzigingen	8
	BIJLAGE 1 - Samenvatting Richtlijnen Trainers.....	9
	BIJLAGE 2 - Samenvatting Richtlijnen Spelers	10
	BIJLAGE 3 - Samenvatting Richtlijnen Ouders	11

1. Algemene Richtlijnen

1.1 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.

1.2 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;
- Colts van 18 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.

1.3 Algemene regels spelers:

Jeugd:

- Voor deze groep gelden geen strikte beperkingen binnen het veld voor trainingen bij het beoefenen van de sport: Contact is toegestaan als de sport daarom vraagt;
- Deze groep speelt geen wedstrijden, met uitzondering van onderlinge wedstrijden
- 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 geldt dat zij in groepen van maximaal 4 mogen sporten, te allen tijde 1,5 meter van elkaar afstand houdend.

2 Trainingen

2.1 Richtlijnen voor spelers en staf

- Kleedkamers zijn gesloten. Omkleeden en douchen dient thuis te gebeuren.
- Spelers komen maximaal 15 minuten voor aanvang training omgekleed bij URC.
- Tassen kunnen worden neergezet boven op het terras, onder de overkapping van het clubhuis.

- Spelers hoeven zich bij trainingen niet te registreren. eRugby wordt gebruikt als het nodig is aanwezig bij trainingen door te geven aan de GGD.
- Trainers doen vóór elke training een gezondheidscheck: Spelers wordt gevraagd of zij gezondheidsklachten hebben.

- Toiletgebruik is alleen in noodgevallen toegestaan, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- Het materiaalhoek 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
- Iedereen verlaat het sportterrein zo snel mogelijk na de training

- Er is maximaal 1 trainer per 8 spelers op het terrein, met een maximum van 6 trainers.
- Teammanagers en EHBO'ers zijn toegestaan om bij de training aanwezig te zijn. Overige staf is alleen na expliciete toestemming van het bestuur welkom.
- Er is een corona-coördinator, herkenbaar bij de ingang, aanwezig. Dit is bij voorkeur iemand met een dubbele functie (EHBO'er of teammanager)

- Clusterteams trainen niet samen. Spelers trainen alleen bij hun eigen club.

2.2 Trainingstijden

- De jeugd houdt zich aan de vastgestelde trainingstijden. Hiermee is registratie niet nodig en is aantoonbaar wie er wanneer op de velden actief is (geweest)
- Op zaterdag is het toegestaan om extra trainingen voor de jeugd te geven. Hierbij geldt het volgende rooster:
 - 10:00-11:30 uur gTBM
 - 11:30-13:00 uur Cubs veld 1 – Junioren veld 2
 - 13:00-14:30 uur Colts

- In de herfstvakantie zijn er géén trainingen

2.3 Richtlijnen voor gebruikers gym

In overleg met de gemeente wordt gekeken of onze gym open kan blijven

Gebruik van de gym is alleen toegestaan na bevestiging per e-mail van de gym-coördinator, Wietse Osinga van Heren 1/2. Er wordt nagegaan óf en hoe de gym open wordt gesteld.

De gym-coördinator houdt aanvragers hiervan op de hoogte

Als de gym toestemming geeft de gym open te houden, gelden de volgende regels:

Het schoonhouden van de gym is in het belang van ieders gezondheid. Er zal streng worden gehandhaafd. Indien de gym vies wordt achtergelaten, volgt er een waarschuwing. Bij de 3e melding mag er geen gebruik meer worden gemaakt van de gym. Neem dus je verantwoordelijkheid serieus.

- Er mogen maximaal 4 personen tegelijk in de gym aanwezig zijn;
- Reserveer per e-mail aan gym@utrechtserugbyclub.nl een vast tijdslot (60 minuten) voor je trainingen in de gym. Reserveer minimaal een dag van tevoren, zodat het werkbaar blijft voor gym-coördinator;
- Is je reservering niet op tijd bevestigd, kun je de gym helaas niet gebruiken
- Geef bij het reserveren je voor- en achternaam door. Reserveren voor een groep kan. Geef dan ieders voor- en achternamen door;

- Kom niet eerder dan 15 minuten vóór aanvang van het tijdslot op de club;
- Controleer bij aankomst of de gym schoon is achtergelaten door de vorige gebruikers. Is dit niet het geval, meldt dit bij de gym-coördinator;
- Neem je eigen handdoek mee;
- Neem je eigen waterfles mee;
- Open alle ramen en de deur bij aanvang van de training;

- Sluit alle ramen en de deur na afloop;
- Desinfecteer materiaal na gebruik. Iedere gebruiker is verantwoordelijk voor de schoonmaak van gebruikt materiaal. URC zorgt voor de benodigde reinigingsmiddelen;
- Blijf niet langer dan 15 na het einde van het tijdslot op de club.

3. Wedstrijden

3.1 Richtlijnen bij thuiswedstrijden voor spelers en staf

- Er mogen geen (competitie)wedstrijden worden gespeeld
- Uitzondering hierop zijn onderlinge wedstrijden
- Wedstrijden worden zoveel mogelijk binnen één categorie gespeeld, zodat groepen zoveel mogelijk gescheiden blijven.

- Toeschouwers zijn niet welkom
- Bij wedstrijden geldt een zelfde maximum aan begeleiders als bij trainingen:
Er is maximaal 1 trainer per 8 spelers op het terrein, met een maximum van 6 trainers.
Teammanagers en EHBO'ers zijn toegestaan om bij een wedstrijd aanwezig te zijn.
- Er is een corona-coördinator, herkenbaar bij de ingang, aanwezig. Dit is bij voorkeur iemand met een dubbele functie (EHBO'er of teammanager)

- Kleedkamers zijn gesloten. Omkleden en douchen dient thuis te gebeuren.
- Toiletgebruik is alleen in noodgevallen toegestaan, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest
- Spelers komen maximaal 15 minuten voor aanvang warming-up omgekleed bij URC.
- Tassen kunnen worden neergezet boven op het terras, onder de overkapping van het clubhuis.

3.2 Richtlijnen bij uitwedstrijden

- Uitwedstrijden zijn niet toegestaan

4. Onweerprotocol

Als onweer wordt voorspeld, gaan trainingen en onderlinge wedstrijden niet door.

Bij onweer en andere (weer)omstandigheden die het verblijf buiten gevaarlijk maken, terwijl er trainingen of wedstrijden bezig zijn, gaat de jeugd zo snel mogelijk naar binnen en wacht het onweer af in de kleedkamers. Iedereen verdeelt zich zo goed mogelijk en probeert zoveel mogelijk afstand te bewaren.

Zodra het veilig is, verlaat iedereen zo snel mogelijk de kleedkamers.

5. Algemene regels Toeschouwers

5.1 definitie toeschouwers (publiek)

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

5.2 Toeschouwers langs het veld

- Toeschouwers zijn niet toegestaan bij zowel wedstrijden als trainingen.

5.3 Bezoek en Gebruik Clubhuis:

Het Clubhuis blijft gesloten.

- Overleggen worden niet in het clubhuis gevoerd, maar gaan online
- Informatieavonden voor teams vinden niet in het clubhuis plaats, maar gaan online

6. Covid-19 besmettingen

- Bij vaststelling van Covid-19 bij spelers of hun directe omgeving wordt zo snel mogelijk de teammanager ingelicht
- De teammanager zoekt contact met het bestuur en overlegt met betreffende speler en het bestuur welke stappen worden ondernomen
- Uitgangspunt zijn de richtlijnen die de GGD de betreffende speler (of zijn omgeving) heeft meegegeven. Dit kan per geval anders zijn

- Communicatie naar eigen team gebeurt via de teammanager
- Communicatie naar tegenstanders gebeurt via de betreffende wedstrijdsecretaris (senioren/CJC/TBM)
- Communicatie naar andere teams van URC en de overige (externe) communicatie gebeurt via het bestuur

7. Organisatie

7.1 Bestuur

Het bestuur neemt corona serieus en heeft binnen het bestuur het bestuurslid jeugd en het bestuurslid clubhuis belast met de portefeuille corona:

Trainingen en wedstrijden en protocol

Bas de Boer, jeugd@utrechtserugbyclub.nl

Clubhuis en gym

Robin Musch, clubhuis@utrechtserugbyclub.nl

7.2 Corona-coördinator

Een corona-coördinator is een vrijwilliger, via een rooster aangesteld door URC, 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;
- Ieder team regelt op de dagen dat het team aanwezig is 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.

8. Over dit protocol

8.1 communicatie

- 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

8.2 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.

- Spelers binnen de TBM hebben in SportEasy al aangegeven dat zij gezond zijn. Een gezondheidscheck op het veld is hiermee niet nodig

8.3 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.

Belangrijkste wijzigingen versie 4.0

- Aangepast aan regelgeving, geldig vanaf 14-10-2020
- Geen trainingen senioren
- Geen wedstrijden
- Clubhuis en kleedkamers gesloten
- Maximum staf bij jeugd: 1 op de 8 spelers met een maximum van 6
- Geen verplichte registratie tijdens reguliere trainingstijden

BIJLAGE 1 - Samenvatting 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;
- Doe voorafgaand aan je training een gezondheidscheck (zie bijlage)
Stuur spelers die de check niet goed doorstaan direct naar huis
- Lees het corona-protocol door
- Houd je aan de trainingsdagen, ook voor de zaterdagen. Bij trainingen die niet binnen het vastgestelde rooster vallen, moeten ook trainers en spelers zich registreren voordat zij het terrein opkomen
- 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;
- Stem met de trainingsstaf af wie wanneer komt, zodat je niet over het maximum van aantal trainers komt;
- 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;
- Verlaat zo snel mogelijk na training of wedstrijd het sportterrein;
- Was bij het verlaten van het terrein je handen met desinfectans via een handpompje;
- Organiseer geen trainingen met clusterteams;

BIJLAGE 2 - Samenvatting 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;
- Registreer je altijd als je het terrein opkomt
- 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 onder de overkapping van het clubhuis, boven op het terras.
- Kleedkamers zijn gesloten; kleed je thuis om en douche thuis.
- 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 direct na een training of wedstrijd het sportterrein. Blijf niet in groepjes hangen op of rond de club;
- Zorg dat je niet met meer dan vier man als groepje weg gaat; de maximale groepsgrootte, ook voor jeugd ouder dan 12 jaar, is 4.
- In het veld is contact toegestaan, maar alléén in spelsituaties. Vermijd al het andere contact;
- Respecteer de (spel)regels omtrent corona

BIJLAGE 3 - Samenvatting 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.
- 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 beschikbaar; omkleden en douchen gebeurt thuis.
- 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 niet toekijken bij wedstrijden of trainingen
- Registreer je als ouder altijd als je het sportterrein opkomt
- Desinfecteer je handen als je het sportterrein opkomt
- Meld je kind altijd af als hij/zij niet komt, zo weten we hoeveel spelers we kunnen verwachten
- Heb je vragen, neem contact op met de teammanager van je kind