

spelregels op onze sportaccommodatie



Welkom

We zijn blij jullie allemaal weer te kunnen ontvangen op de Staddijk. We hopen er samen een mooi hockeyseizoen van te kunnen maken! Het hockey blijft hetzelfde maar een heleboel dingen zullen anders zijn dan jullie gewend zijn. Lees daarom goed deze spelregels en houd je eraan! Alleen met jullie hulp kunnen we iedereen een veilige, maar toch ook gezellige sportomgeving aanbieden!

Algemene Richtlijnen:

Uiteraard gelden op HCQZ de algemene hygiëne-richtlijnen van de overheid en het RIVM:



Blijf thuis bij klachten en laat je testen. Dit geldt ook als je in quarantaine bent omdat je in contact bent geweest met iemand die Corona heeft of omdat je terug komt uit een risicogebied.



Iedereen boven 18 jaar houdt altijd 1,5 meter afstand van elkaar. Alleen tijdens het trainen of spelen geldt hierop een uitzondering.

Jeugd van 13 t/m 18 jaar hoeft geen afstand van elkaar te houden maar wel van mensen boven 18 jaar.

Kinderen onder 13 jaar hoeven van niemand afstand te houden.



We geven elkaar geen hand! Dat geldt ook voor een boks, high five en ander handcontact.



Was of desinfecteer regelmatig je handen. Doe dit in ieder geval ook na een training of wedstrijd en na bezoek aan de WC.

Ben je zelf positief getest op het Coronavirus? Meldt dit dan altijd bij het bestuur via de secretaris, Judith Ellenbroek: info@hcqz.nl.

sport bewust, houd je aan de spelregels,
zo hebben we samen sportplezier

Meer informatie nocnsf.nl/sportprotocol

#wewinnenveelmetsport



spelregels op onze sportaccommodatie



Gezondheids-check

Het is de bedoeling dat je, voor elk bezoek aan HCQZ, jezelf de volgende vragen stelt:

Had je een of meerdere van deze klachten in de afgelopen 24 uur?



Hoesten



Verkoudheids-
klachten



Verhoging of
koorts



Benauwdheid



Reuk- en/of smaak-
verlies

Heb je op dit moment een
huisgenoot met koorts en/of
benauwdheidsklachten?



Heb je het nieuwe coronavirus
gehad en is dit de afgelopen
7 dagen vastgesteld (in een lab)



Heb je een huisgenoot /gezinslid
met het nieuwe coronavirus en
heb je in de afgelopen 14 dagen
contact met hem/haar gehad
terwijl hij/zij nog klachten had?

14 dagen



Ben je in quarantaine omdat je
direct contact hebt gehad met
iemand waarbij het nieuwe
coronavirus is vastgesteld?



Moet je één van deze vragen met **JA** beantwoorden?

Kom dan niet naar HCQZ maar blijf thuis en laat je testen!

sport bewust, houd je aan de spelregels,
zo hebben we samen sportplezier

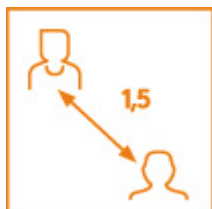
Meer informatie nocnsf.nl/sportprotocol

#wewinnenveelmetsport



Spelregels op het veld (training/wedstrijd):

Tijdens het spelen van wedstrijden en trainingen hoeft niemand 1,5 meter afstand te houden. Er zijn wel een aantal spelregels waarmee we rekening moeten houden.



Tijdens rustmomenten (wissels, besprekingen etc) moet door spelers en begeleiders >18 jaar wel 1,5 meter afstand worden gehouden! Verspreid de wisselers dus ook buiten de dug-out en bespreek in een ruime kring.

Houd ook altijd 1,5 meter afstand van de scheidsrechter.



Het is niet toegestaan met stemverheffing te praten of te schreeuwen. Ook spugen of het legen van de neus op het veld is verboden!



Juch niet in groepjes maar houd ook op deze momenten voldoende afstand van elkaar .



Gebruik zoveel mogelijk je eigen materialen. Strafcornermaskers kunnen eventueel gereinigd worden met alcohol.

Hesjes mogen gebruikt worden, als ze na elke training worden gewassen.



Neem altijd je eigen drinkfles mee, of zorg dat er namen op de teambidons staan. Drink NOOIT uit andermans bidon.

sport bewust, houd je aan de spelregels,
zo hebben we samen sportplezier

Meer informatie nocnsf.nl/sportprotocol

Spelregels in de kleedkamer:

De kleedkamers en douches kunnen gebruikt worden voor omkleden en douchen. Het is niet toegestaan om in de kleedkamer een teambespreking te houden (dit geldt ook voor jeugdteams).



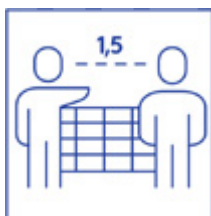
Voor personen > 18 jaar geldt bovendien dat een beperkt aantal personen in een ruimte is toegestaan. Dit staat duidelijk op de deur aangegeven (maximaal 7 personen in de grote kleedkamers, 4 in de kleine kleedkamers en 3 in de doucheruimte)

Spelregels langs de lijn en onderweg:

Natuurlijk zijn toeschouwers weer welkom op de club. Houd je wel aan onderstaande richtlijnen. Het is niet toegestaan om vanaf het terras van het clubhuis een wedstrijd te volgen, tenzij je een zitplaats hebt en je je houdt aan de regels die voor dit gebied gelden (zie verderop).



Er mogen maximaal 250 toeschouwers per veld aanwezig zijn. In een normale situatie zullen we dit aantal niet halen, maar bij extreme drukte kan het zo zijn dat je niet meer het terrein op kunt.



Ook langs het hek geldt: houd altijd 1,5 meter afstand van personen uit een ander huishouden. Jeugd <18 jaar hoeft onderling geen afstand te houden.



Het is niet toegestaan te roepen, schreeuwen of zingen. Klappen ter aanmoediging mag wel!



Rijders wordt geadviseerd het RIVM-advies op te volgen: je kunt in de auto zitten met mensen uit een ander huishouden. Dan is het advies allemaal (inclusief chauffeur) een mondkapje te dragen. Kinderen tot en met 12 jaar hoeven geen mondkapje te dragen.

**sport bewust, houd je aan de spelregels,
zo hebben we samen sportplezier**

Meer informatie nocnsf.nl/sportprotocol

spelregels op onze sportaccommodatie



Spelregels voor het clubhuis en het terras:

Omdat het clubhuis onder de horeca-regelgeving valt, gelden hiervoor de meeste spelregels/beperkingen.

Iedereen vanaf 13 jaar krijgt alleen toegang tot het clubhuis als je je geregistreerd hebt via onze online registratiepagina!

Hiervoor ga je naar www.hcqz.nl/registratie of scan je de QR-code die overal in het clubhuis hangt.

WELKOM BIJ HCQZ

Vanwege Corona moet iedereen (vanaf 13 jaar) zich verplicht registreren bij bezoek van het clubhuis

STAP 1: GEZONDHEIDS-CHECK

Had je een of meerdere van deze klachten in de afgelopen 24 uur?



Heb je op dit moment een huisgenoot met koorts en/of benauwdheidsklachten?



Heb je het nieuwe coronavirus gehad en is dit de afgelopen 7 dagen vastgesteld (in een lab)



Heb je een huisgenoot/gezinslid met het nieuwe coronavirus en heb je in de afgelopen 14 dagen contact met hem/haar gehad terwijl hij/zij nog klachten had?

14 dagen



Ben je in quarantaine omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?



Indien je één van deze vragen met **JA** beantwoordt, mogen we je geen toegang tot ons complex geven.

Ga naar huis en laat je testen!

Alle vragen met **NEE** beantwoordt? Ga dan door naar stap 2

STAP 2: SCAN DE QR-CODE of ga naar hcqz.nl/registratie



Wij doen er alles aan om jouw privacy te waarborgen en gaan zorgvuldig met je gegevens om.

De ingevulde gegevens worden automatisch gewist na 14 dagen conform de richtlijnen van de overheid.

sport bewust, houd je aan de spelregels,
zo hebben we samen sportplezier

Meer informatie nocnsf.nl/sportprotocol

#wewinnenveelmetsport



Spelregels in het clubhuis (2):



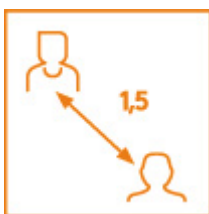
Er is altijd iemand aanwezig van Clubhuisdienst of Bestuur. Maak het hen gemakkelijk en houd je aan de spelregels en de aanwijzingen die zij geven.

Als alle zitplaatsen bezet zijn, dan kunnen we je helaas geen toegang geven tot het clubhuis of het terras.



Iedereen heeft een vaste zitplaats. Het is NIET toegestaan om te staan of rond te lopen. Dit geldt ook voor het gehele terras! Je mag uiteraard wel naar de WC of naar de bar lopen.

Jeugd <18 jaar hoeft geen vaste zitplaats te hebben.



Houdt 1,5 meter afstand van iedereen uit een ander huishouden. De inrichting van clubhuis en terras is hier ook op afgestemd.

Het is niet toegestaan om meubilair te verplaatsen om zo extra zitplaatsen aan een tafel te krijgen.



Bij de bar is een bestelpunt en een afhaalpunt ingericht. Je kunt niet op andere plekken aan de bar bestellen. Het is ook niet toegestaan om aan de bar te staan of zitten.

Zorg ook tijdens het wachten voor 1,5 meter afstand en probeer bestellingen per team te doen, om zo lange wachtrijen te voorkomen.



Alleen contactloos betalen met bankpas of mobiele telefoon!



In verband met hygiëne zal gebruik worden gemaakt van disposable glazen en bекers.

**sport bewust, houd je aan de spelregels,
zo hebben we samen sportplezier**

Meer informatie nocnsf.nl/sportprotocol