



Eindhovense Studenten Zaalvoetbalvereniging Totelos

Betreft
COVID-19 protocol Lente 2021

Datum
6 Maart 2021

Adres
Onze Lieve Vrouwestraat 1
5612 AW Eindhoven

Contact
www.totelos.nl
bestuur@totelos.nl
NL73 INGB 0004 3264 58

Introductie

DISCLAIMER: Het weer gaan trainen, brengt een risico van verspreiding van het corona-virus met zich mee voor jezelf, andere leden en de trainers. We rekenen dan ook op jullie allerbeste inzet en discipline om de regels zoals opgesteld na te leven. Blijf thuis als je zelf ziek bent of indien één van je huisgenoten klachten/koorts heeft.

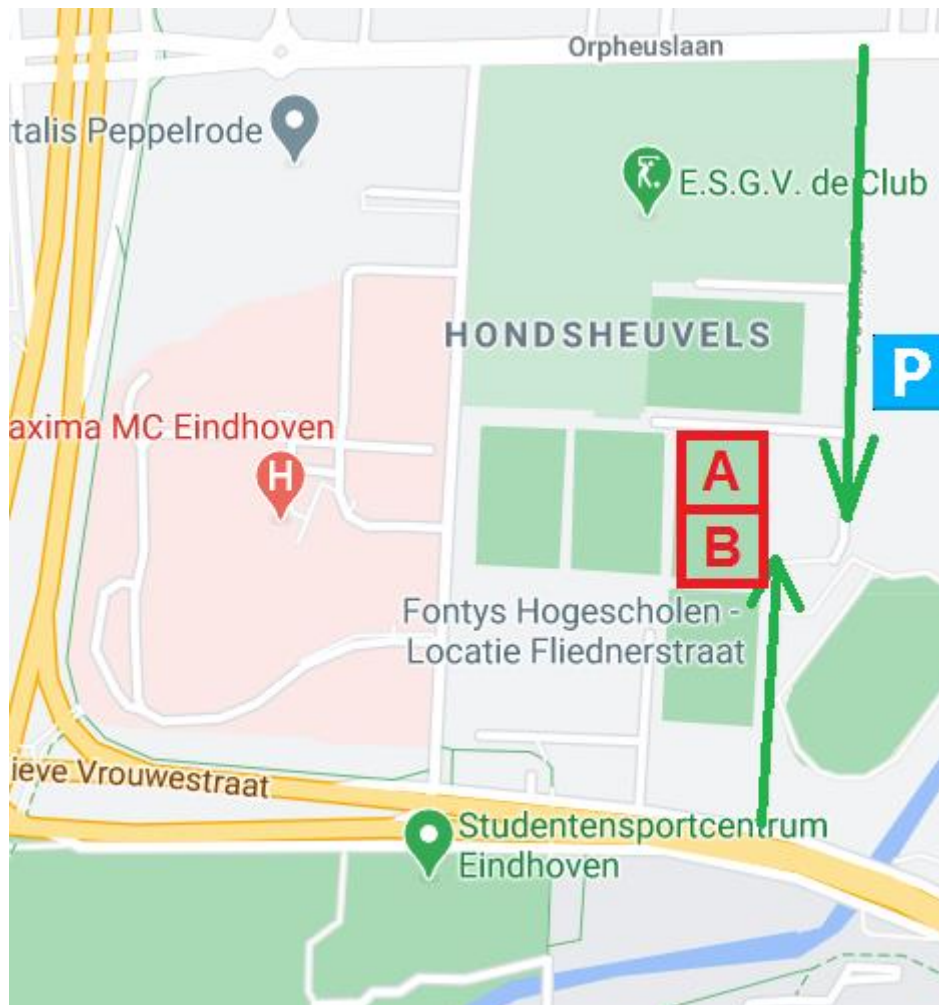
Met de versoepeling van maatregelen voor sport voor jong volwassenen, is er de mogelijkheid om in teamverband buiten te trainen. In dit protocol staat alle benodigde informatie over deze trainingen. Ook bevat dit document regels waaraan elk lid dat komt training zich moet houden.

Algemene regels omtrent training:

- **Neem kennis van alle informatie en regels in dit document.**
- **Bedenk of je je goed voelt: blijf thuis als je verkouden bent of je niet lekker voelt.**
- **Kleed je thuis om, vul je eigen drinkfles en ga nog een keer naar het toilet. De kleedkamers zijn gesloten.**
- **Was vlak voor vertrek naar de training en vlak na thuiskomst van de training je handen met zeep.**
- **Trainen in teamverband is toegestaan voor jongvolwassenen ONDER 27 jaar oud.**

Locatie en tijd

De trainingen zullen plaatsvinden op Sportpark De Hondsheuvels. Dit sportpark heeft een ingang aan de ring van Eindhoven en aan de Orpheuslaan. In Fig. 1 staan de ingangen van het sportpark aangegeven. Met de auto is het handig om de ingang aan de Orpheuslaan te gebruiken, aangezien hier een parkeerplaats is.



Figuur 1: Lay-out Sportpark De Hondsheuvels. Inclusief route, parkeergelegenheid en indeling veld.

De trainingen worden gegeven op het kunstgrasveld van De Hondsheuvels, dat is verdeeld in 'Veld A' en 'Veld B'. Ook dit staat aangegeven in de Fig. 1.

De tijden waarop wordt getraind staan beschreven in de volgende tabellen:

| Woensdag | Veld A | Veld B |
|---------------|---------|---------|
| 17:15 - 18:15 | T1 + T2 | D1 + D2 |

Tabel 1: Trainingstijden selectieteams

| Vrijdag | Veld A | Veld B |
|---------------|------------------|--------------|
| 15:30 - 16:30 | Training members | N1 + N3 |
| 16:45 - 17:45 | N4 + N7 | N5 + N6 + N8 |
| 18:00 - 19:00 | D3 + D4 | N2 + T4 |
| 19:15 - 20:15 | T3 + T5 | T6 + T7 |

Tabel 2: Trainingstijden trainingsleden en wedstrijdleden



Inschrijving voor trainingsleden

Er is op vrijdagmiddag een tijdvak voor trainingsleden beschikbaar. Echter is hiervoor een maximaal aantal van 20 leden ingesteld. Deze groep van 20 moet elke week consistent blijven. Wij verwachten niet dat er een groep van meer dan 20 trainingsleden nodig zal zijn, om deze reden hebben wij hiervoor ook maar één tijdvak beschikbaar gesteld.

Om je aan te melden voor deze groep moet je het volgende formulier invullen: <https://forms.gle/5CeEQg8nWi4uZGNj7>

Na invullen van dit formulier zit je nog niet automatisch in deze groep voor het trainen, wij zullen je namens het bestuur persoonlijk berichten hierover via WhatsApp.

Dit trainingsmoment en de inschrijving hiervoor zijn alleen toepasselijk voor leden die UITSLUITEND trainingslid zijn.

Combi-leden KNVB en NZVB

Het mengen van verschillende trainingsgroepen is **ten strengste verboden!** Dit betekent dat leden die zowel in een KNVB team als een NZVB team spelen van tevoren zullen moeten kiezen bij welke van deze twee teams zij meetrainen. Dit hoeft niet van tevoren worden gemeld aan trainers of bestuursleden omdat wij de aanwezigheid tijdens trainingen noteren. Het team waarbij je het eerst een training volgt, is het team waarbij je voor de rest van de periode zult meetrainen.

Aankomst en vertrek

Aankomst

Je komt op het sportpark aan via de parkeerplaats bij Woenselse Boys of via de sportcentrum kant. Fiets via een van de gele routes in Fig. 2 naar de fietsenstalling en zet daar je fiets neer. Let hierbij op dat je 1.5m afstand houdt van anderen, en dus even wacht als het druk is bij de fietsenstalling. Loop vervolgens via de rode route (Veld A) of de blauwe route (Veld B) naar jouw deel van het veld en leg daar je spullen in de dugout.

Regels omtrent aankomst op het sportpark:

- **Fiets niet in groepen groter dan 2 naar de training.**
- **Kom niet meer dan 10 MINUTEN voor je training naar het sportpark.**
- **Geef elkaar 1.5m ruimte bij het wegzetten van de fietsen.**
- **Bij het betreden van het veld leg je je spullen in de dugout en blijf je op jouw toegewezen helft.**

Vertrek

Om te zorgen dat verschillende groepen zich niet mengen, zullen de trainingen van Veld A en Veld B niet exact op hetzelfde tijdstip eindigen. Dit geeft de eerste groep de tijd om op een verantwoorde manier het sportpark te verlaten, zonder zich te mengen met de tweede groep.

Regels omtrent vertrek van het sportpark:

- **Geef elkaar 1.5m ruimte bij het vertrekken.**
- **Blijf niet hangen of praten met andere mensen, vertrek direct naar huis.**
- **Fiets niet in groepen groter dan 2 naar huis.**



Figuur 2: Route bij aankomst en vertrek Hondsheuvels

Tijdens de training

Tijdens de trainingen hoeft er geen afstand gehouden te worden tijdens het sporten. Dit betekent dat er veel mogelijkheden zijn voor de training, inclusief partijvormen.

Regels voor tijdens het trainen:

- Vermijd onnodig contact met anderen buiten oefeningen en partijvormen.
- Nies en hoest in je elleboog.
- Spuug niet op de grond en leeg je neus niet.
- Volg ten alle tijden instructies op van trainers en/of bestuursleden.