

Planning verantwoord sporten kinderen t/m 12 jaar en jeugd 13 t/m 18 jaar bij sv KDO

Versie 2.2

5 mei 2020

Vanaf 29 april mogen kinderen beperkt sporten

- Vanaf 29 april is buiten sporten weer mogelijk voor kinderen en jongeren; geen officiële wedstrijden. De competities zijn beëindigd.
- Kinderen tot en met 12 jaar kunnen onder begeleiding samen buiten sporten. Teams in de categorie Onder-13 blijven in dezelfde samenstelling trainen en alle kinderen (ook die dus al 13 zijn) vallen in deze groep.
- Jongeren van 13 tot en met 18 jaar mogen onder begeleiding buiten sporten met elkaar, maar dan met 1,5 meter afstand ertussen. Teams in de categorie Onder-19 blijven in dezelfde samenstelling en alle jeugdspelers (ook die dus al 19 zijn) vallen in deze groep.
- De plannen zijn uitgewerkt volgens de richtlijnen van het RIVM, de adviezen van de Sportbonden (nocnsf.nl/sportprotocol) en voldoen aan het sportprotocol van de gemeente Uithoorn.
- Vooralsnog hebben we gepland dat de trainingen doorlopen tot en met begin juli.
- NOC*NSF heeft een lijst met [veel gestelde vragen](#) opgesteld over het sportprotocol. Heb je een vraag waarop je het antwoord niet kunt vinden? Neem dan contact op met voorzitter@kdo.nl.

HOUD JE ALTIJD AAN ALLE REGELS.

ZO KUN JE ZELF VEILIG SPORTEN EN ZORG JE DAT EEN ANDER DAT OOK KAN !

Overwegingen bij de planning

- Geen vermenging tijdens aankomst en vertrekmomenten van de leeftijdsgroepen tot en met 12 en van 13 tot en met 18 jaar.
- Aantal kinderen per aankomst- en vertrekmoment minimaliseren.
- Teams indien nodig verdelen in twee groepen die ieder op een eigen veld trainen zodat aantal mogelijke contactmomenten minimaal is.
- We moeten voldoen aan alle eisen die het sportprotocol stelt. Bij overtreding van de regels kan het sportpark weer worden gesloten en eindigen alle trainingen direct.
- Voldoende toezicht tijdens het gebruik van het park. Corona-verantwoordelijke duidelijk herkenbaar aan hesje.
- EHBO en AED materialen zijn beschikbaar.

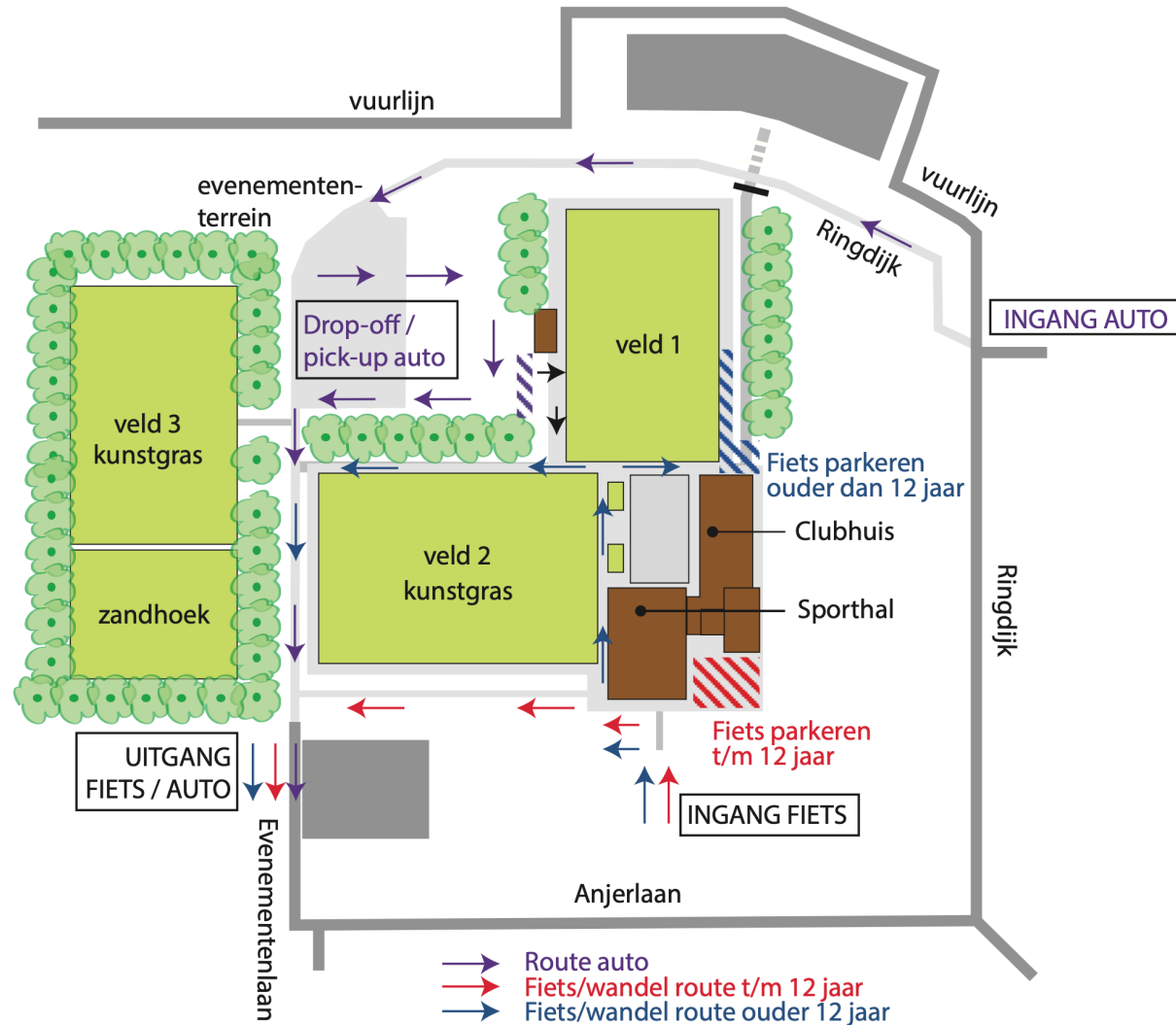
Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop.
- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in je huishouden koorts (vanaf 38 C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur klachtenvrij is, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op COVID-19. Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je tot 14 dagen na het laatste contact thuis blijven.
- Houd 1,5 meter afstand van iedere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar).
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Ga voordat je naar KDO vertrekt thuis naar het toilet.
- Was voor en na je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden.
- Douche thuis en niet bij KDO.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.
- Kom niet eerder dan 5 minuten voor aanvang van je training bij KDO aan en ga direct na afloop van de training naar huis.

Richtlijnen voor sporters

- Houd je altijd aan de algemene veiligheid en hygiëneregels alsmede aan de richtlijnen voor iedereen.
- Deelname is niet verplicht. Als je niet wilt of je ouders vinden het niet veilig hoef je niet te komen. Wel gelden de normale regels voor afmelden als je niet kunt of wilt komen.
- Trainingen worden aangepast op de richtlijnen.
- Kom alleen naar KDO als er voor jou een training gepland staat. Na aankomst op het sportpark ga je direct naar jouw trainingsveld.
- Kom indien mogelijk alleen of met één persoon uit je huishouden naar KDO; kom zo veel als mogelijk lopend of op de fiets.
- Kom niet eerder dan 5 minuten voor aanvang van je training op het sportpark aan. Eerder mag je niet naar binnen.
- Je luistert altijd naar de instructies van de trainer en de organisatie en houd je altijd aan alle richtlijnen.
- Drinken doe je alleen uit je eigen (van huis meegebrachte) bidon; Bidons NIET delen met anderen.
- Omkleden doe je thuis. Hang je jack of leg je spullen niet in de dug-out maar hang deze (met onderlinge afstand) over de railing of langs de lijn. De kleedkamers mag je niet betreden.
- Sporters van 13 t/m 18 jaar moeten altijd 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve die uit het eigen huishouden), dus ook trainers en andere sporters. Kinderen tot en met 12 jaar houden 1,5 meter afstand van de trainers.
- Bij overtreden van een richtlijn krijg je een waarschuwing. Bij de tweede overtreding word je verwijderd van de training en mag je dit seizoen niet meer komen trainen.
- De trainer zorgt dat eventueel benodigde materialen op het trainingsveld aanwezig zijn.
- Voor en na iedere training was je je handen thuis met zeep.
- Na afloop van de training verlaat je direct het sportpark en ga je direct naar huis.

TOEGANG SPORTPARK KDO



- Alleen toegankelijk voor kinderen tot en met 18 jaar en trainers
- Toegang maximaal 5 minuten voordat training begint
- Na afloop training direct naar huis
- Kom lopend of met de fiets
 - Toegang via de Fresialaan en over het bruggetje; ouders blijven BUITEN het park
 - Parkeren fiets tot en met 12 jaar ingang Fysio
 - Parkeren fiets vanaf 12 jaar bij trap aan voorkant en langs Veld 1 (om sporthal heen!). Bij neerzetten en wegrijden afstand houden!
- Alleen brengen met de auto als het echt niet anders kan
 - Toegang via Hanenpad
 - Max 15 km per uur!
 - Drop-off/Pick-up op evenemententerrein.
 - Niet parkeren, na afzetten direct wegrijden
 - Houd afstand tussen auto's
 - Geen ouders op het park!
 - Kinderen toegang via hek naast tribune
- Uitgang via evenementenlaan

Wie traint wanneer en waar? Maandag

TIJD	Groep	Veld	Trainer
17.30 – 18.15	JO 8-1	Veld 2A	Bart-Jan vd Jagt / Tim Verlaan
17.30 – 18.15	JO 8-2	Veld 2B	Raymond Kwant / Chantal Bartels
17.30 – 18.15	JO9-3M	Veld 2C	Karel van Rijn / Perry Snabel / Dennis Pouw
18.30 – 19.15	JO9-1	Veld 2A	Matt Slater / John Buskermolen
18.30 – 19.15	JO9-2	Veld 2B	Pieter Stokman / Dirk van Rijn
18.30 – 19.15	JO9-4	Veld 2C	Miranda Vollebregt
18.30 – 19.15	JO10	Veld 2D	Michel Doeswijk / Tom de Koning
19.30 – 20.15	JO19-1	Veld 2A + 2B	Paul ten Brink
19.30 – 20.15	JO19-2	Veld 2C + 2D	Mark Aedes

Start maandag 11 mei

Wie traint wanneer en waar? Dinsdag

TIJD	Groep	Veld	Trainer
16.00 – 16.45	Dance groep 1 - 4	Veld 1	Noëlla
17.00 – 17.45	Dance groep 5 - 8	Veld 1	Noëlla
18.00 – 18.45	JO11-1	Veld 2A	Jeroen van R/Ronald P/Frank R/ RodyvK/Patrick dH
18.00 – 18.45	JO11-2	Veld 2B	Bart van Diemen / Friso Kuipers
18.00 – 18.45	JO12-1	Veld 2C	Koen Fris/Peter Schuurman
18.00 – 18.45	JO13-1	Veld 3A	Michael W/Tobias R/Roos G/Olive J
18.00 – 18.45	JO13-2	Veld 3B	Marco Slinger / Wiebe v Oosthuizen
19.00 – 19.45	JO15-1	Veld 2A - Veld 2B	Jesse S/Jim K/Idske M/Karel van R/Raymond de J/Matthijs vdK/Alex v K
19.00 – 19.45	JO15-2	Veld 2C - Veld 2D	Mike vW/Kaj V/Neils vR/Hessel V
19.00 – 20.00	Handbal B2	Handbalveld	Simon
19.30 – 20.15	JO17-3	Veld 3A	Maurice K/Roel T/Ramon vK/Lianne S
20.00 – 20.45	JO17-1	Veld 2A - Veld 2B	Danny Plasmeijer/Matthijs van Rijn
20.00 – 20.45	JO17-2	Veld 2C - Veld 2D	Gert Meijling / Bart Hoving

Start dinsdag 5 mei: Dance, JO13, JO15, Handbal, JO17

Start dinsdag 12 mei: JO11

Wie traint wanneer en waar? Woensdagmiddag

TIJD	Groep	Veld	Trainer
14.00 – 14.45	6-jarigen	Veld 1	Marianne en Britt
15.00 – 15.30	Peuters / kleuters	Veld 1	Marianne en Britt
15.45 – 16.30	7 en 8 jarigen	Veld 1	Marianne en Britt
17.00 – 17.45	8+	Veld 1	Marianne en Britt
17.30 – 18.15	JO8-1	Veld 2A	Bart-Jan vd Jagt / Tim Verlaan
17.30 – 18.15	JO8-2	Veld 2B	Raymond Kwant / Chantal Bartels
17.30 – 18.15	JO9-3M	Veld 2C	Karel van Rijn / Perry Snabel / Dennis Pouw
18.00 - 18.45	10+	Veld 1	Marianne en Britt

Start woensdag 6 mei

Wie traint wanneer en waar? Woensdagavond

TIJD	Groep	Veld	Trainer
18.30 – 19.15	JO9-1	Veld 2A	Matt Slater / John Buskermolen
18.30 – 19.15	JO9-2	Veld 2B	Pieter Stokman / Dirk van Rijn
18.30 – 19.15	JO9-4	Veld 2C	Miranda Vollebregt
18.30 – 19.15	JO-10	Veld 2D	Michel Doeswijk / Tom de Koning
19.00 – 20.00	Handbal B1	Handbalveld	Simon
19.00 – 20.00	Survival 13-18	Survivalbaan Veld 2	Ruud
19.30 – 20.15	MO15	Veld 2A – Veld 2B	Niels / Jordan
19.30 – 20.15	MO19	Veld 2C - Veld 2D	Nurradin
20.30 – 21.15	JO19-1	Veld 2A – Veld 2B	Paul ten Brink
20.30 – 21.15	JO19-2	Veld 2C - Veld 2D	Mark Aedes

Start woensdag 29 april
Handbal B1, Survival, JO19

Start woensdag 6 mei
JO9, JO10, MO15, MO19

Wie traint wanneer en waar? Donderdagmiddag

TIJD	Groep	Veld	Trainer
16.30 – 17.30	Handbal F jeugd	Handbalveld	Jill / Amber
16.30 – 17.30	Handbal E jeugd	Veld 1	Desiree / Rini / Idske / Sandra
18.00 – 18.45	JO11-1	Veld 2A	Jeroen van R/Ronald P/Frank R/ RodyvK/Patrick dH
18.00 – 18.45	JO11-2	Veld 2B	Bart van Diemen / Friso Kuipers
18.00 – 18.45	JO12-1	Veld 2C	Koen Fris / Peter Schuurman
18.00 – 18.45	JO13-1	Veld 3A	Michael W/Tobias R/Roos G/Olive J
18.00 – 18.45	JO13-2	Veld 3B	Marco Slinger / Wiebe v Oosthuizen
18.15 – 19.15	Handbal D1	Handbalveld	Lorraine
18.15 – 19.15	Handbal D2	Veld 1	Martijn

Start donderdag 30 april
Handbal, E, F, D1, D2, JO12, JO13

Start donderdag 7 mei
JO11

Wie traint wanneer en waar? Donderdagavond

TIJD	Groep	Veld	Trainer
19.00 – 19.45	JO15-1	Veld 2A – Veld 2B	Jesse S/Jim K/Raymond de J/Matthijs vdK/Alex v K
19.00 – 19.45	JO15-2	Veld 2C – Veld 2D	Mike vW/Kaj V/Neils vR/Hessel V
19.30 – 20.30	Handbal C1	Handbalveld	Lorraine
19.30 – 20.30	Handbal C2	Veld 1	Martijn
20.00 – 20.45	JO17-1	Veld 2A – Veld 2B	Danny Plasmeijer/Matthijs van Rijn
20.00 – 20.45	JO17-2	Veld 2C – Veld 2D	Gert Meijling / Bart Hoving
20.00 – 20.45	JO17-3	Veld 3A	Maurice K/Roel T/Ramon vK/Lianne S

Start donderdag 30 april

Wie traint wanneer en waar? Vrijdag

TIJD	Groep	Veld	Trainer
20.00 - 21.00			
20.00 - 21.00			

Start vrijdag 1 mei

Wie traint wanneer en waar? Zaterdag

TIJD	Groep	Veld	Trainer
10.00	Trainingsgroep	Veld 3	Olive Jansen/Ramon van Kessel/Harold van Rijn

Start zaterdag 9 mei

Corona - coördinator

Dag	Tijd	Coördinator 1	Coördinator 2
Maandag	16.15 – 20.30	René	
Dinsdag	15.45 – 21.00	Carlo	
Dinsdag	17.45 – 20.10		Joyce Velgersdijk
Woensdag	13.45 – 21.30	Carlo	
Woensdag	17.15 – 18.30		Danielle Winter/ Astrid Kooijman (om en om)
Woensdag	18.30 – 19.45		Roos Gasseling / Danielle Winter (om en om)
Donderdag	16.15 – 21.00	Rene	
Donderdag	16.15 – 16.45		Desirée Schaeffers
Donderdag	17.45 – 20.15		Gerrit de Graaf
Vrijdag	19.45 – 21.15	René	
Zaterdag	09.45 – 11.15	René & Carlo om en om	

Coördinator 1: Verantwoordelijk, algeheel toezicht.

Coördinator 2: Extra voor ontvangst en verdeling over velden. Kan naar huis na ontvangst laatste groep van de dag

De veldverdeling

