



## Corona Protocol Tafeltennisvereniging Smash (M)

---

Uitgangspunt voor dit protocol zijn de diverse richtlijnen (zie onderaan het protocol). Het protocol is van toepassing op de tafeltennisactiviteiten van TTV Smash (M) in de sportzaal aan de Jan Steenstraat 2 in Monster en gaan in op 1 juli 2020.

Het protocol is van toepassing totdat nadere richtlijnen volgen op grond waarvan het protocol kan komen te vervallen of moet worden aangepast in verband met nadere voorschriften.

---

### Basisregels

De volgende basisregels zijn (nog steeds) van kracht:

- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak, dit geldt voor iedereen.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog klachten had (volg hierin het advies van de GGD).
- Indien je positief getest (vastgesteld met een laboratoriumtest) bent op het nieuwe coronavirus, blijf minimaal 7 dagen thuis na de uitslag van de test.
- Blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent omdat je direct contact hebt gehad met iemand waar het nieuwe coronavirus is vastgesteld.
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, loopneus, niezen, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen.
- Houd 1,5 meter afstand van anderen (ook binnen).
- Was vaak uw handen.
- Kinderen tot en met 12 jaar hoeven onderling én tot volwassenen geen 1,5 meter afstand te houden.
- Jongeren tot 18 jaar hoeven onderling geen 1,5 meter afstand te houden.

Daarnaast zijn ten aanzien van sportactiviteiten de volgende regels van toepassing:

- Houd 1,5 meter afstand met sporters van 13 jaar en ouder tenzij noodzakelijk voor (veilige) beoefening/begeleiding van de sport.
- Trainers hoeven geen 1,5 meter afstand te houden tot sporters tot en met 12 jaar.
- Schud geen handen, geef geen highfives.
- Na het sporten wordt in de gehele sportaccommodatie, dus ook in de sportzaal, 1,5 meter afstand gehouden.



### In onze sportaccommodatie zijn de volgende regels van toepassing:

- Gebruik desinfectiemiddel bij binnenkomst.
- Open voorafgaand aan de tafeltennisactiviteiten de ramen in de gymzaal, de ramen in de herenkleedkamer en laat de deur van de herenkleedkamer open staan voor noodzakelijke ventilatie.
- Sluit aan het einde van de tafeltennisactiviteiten alle ramen.
- Tijdens de sportactiviteiten zijn afzettingen aanwezig om een looppad naar de tafels en naar de kleedkamers vrij te houden.
  
- Gebruik zoveel mogelijk de rechterdeur in de kantine als toegangsdeur tot de sportzaal.
- Gebruik zoveel mogelijk de linkerdeur in de kantine om vanuit de sportzaal terug te komen in de kantine.
- In de zaal kunnen maximaal vier tafels worden gebruikt, dus acht spelers.
- Er wordt niet gedubbeld.
- Personen die niet spelen, wachten in de kantine.
- In de zaal is papier en desinfectiemiddel aanwezig om de tafels mee af te nemen. Een ieder is verplicht om deze regelmatig te gebruiken. In de sportzaal komt een emmer te staan met het desinfectiemiddel en een rol papier. Gooi gebruikt papier in de emmer. Deze emmers zullen aan het eind van de avond geleegd moeten worden in een vuilniszak.
- De toiletten in het halletje bij de ingang van de kantine zijn gesloten in verband met de beperkte ruimte in het halletje en in de toiletten zelf om op een goede manier hygiënische omstandigheden te kunnen creëren. De toiletten in de kleedkamer kunnen wel worden gebruikt.
- Gebruik van de kleedkamers en douches is toegestaan: gebruik alleen de buitenste douches en dus niet de middelste douches, zodat zoveel mogelijk sporters gelijktijdig kunnen douchen en de 1,5 meter afstand regel kan worden toegepast.
- In de kantine mogen maximaal 14 personen aanwezig zijn die rekening houden met de 1,5 meter afstand regel.
- Het is toegestaan om consumpties te gebruiken in de kantine: om deze te pakken kan één persoon zich achter de bar bevinden.

### Tot slot nog een aantal adviezen zoals de NTTB die heeft aangegeven:

- Sporters gebruiken één bal per training.
- Als de bal van een andere tafel in een ander speelveld komt, mag de sporter deze niet met de hand oppakken. Wel mag je hem met je voet een tikje geven richting het andere speelveld.
- Na gebruik worden de ballen verzameld in de bak voor gebruikte ballen.
- Reinig tafels voor én na de training.
- Gebruik alleen eigen materiaal en vermijd contact met andermans materiaal.
- Veeg je handen niet af aan de tafel, maar gebruik een handdoek.

---

### Bronnen

- Website RIVM
- Noodverordening Haaglanden
- NOC NSF Protocol verantwoord sporten V6
- 20200626-Aanvullingen-voor-de-tafeltennissport-op-het-protocol-Verantwoord-sporten-van-NOC-NSF



Rijksoverheid

24 juni 2020

## 1,5 meter afstand is altijd de norm

<p>Heb je klachten?</p> <p> Blijf thuis.</p> <p> Laat je testen.</p> <p><small>Ben je benauwd en/of heb je koorts? Dan moeten alle huisgenoten thuisblijven.</small></p>	<p> Werk zoveel mogelijk thuis.</p>	<p> Houd 1,5 meter afstand.</p>	<p> Vermijd te drukke plekken.</p>	<p> Was vaak je handen.</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	------------------------------------	-----------------------------

Per 1 juli gelden de volgende maatregelen:

<p><b>Binnen én buiten:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Is er doorstroming van mensen met beperkt onderling contact? <b>Aantal mensen onbeperkt.</b></li> <li> Is er sprake van een vaste zitplaats, reservering en gezondheidscheck? <b>Aantal mensen onbeperkt.</b></li> <li> Spreekkoren, hard meezingen of schreeuwen in groepsverband is niet toegestaan.</li> <li> Discotheken en nachtclubs blijven gesloten.</li> </ul>	<p><b>Binnen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Geen reservering en gezondheidscheck? <b>Maximaal 100 mensen met vaste zitplaats.</b></li> <li><b>Buiten:</b></li> <li> Geen vaste zitplaats, reservering en gezondheidscheck? <b>Maximaal 250 mensen.</b></li> <li> In de horeca is een vaste zitplaats altijd verplicht.</li> </ul>	<p><b>In vervoer:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Alle zitplaatsen zijn beschikbaar.</li> <li> <i>In het openbaar vervoer:</i></li> <li> Het dragen van een niet-medisch mondkapje is verplicht.</li> <li> Vermijd de spits.</li> <li> <i>In personenvervoer zoals touringcars, taxi's en busjes:</i></li> <li> Gezondheidscheck, niet-medisch mondkapje en reservering zijn verplicht.</li> <li> <i>In privévervoer:</i></li> <li> Niet-medisch mondkapje geadviseerd bij passagiers uit verschillende huishoudens.</li> </ul>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

  

<p>De 1,5 meter afstand is niet verplicht voor:</p>	<p> Kinderen tot 18 jaar</p>	<p> Sporters, acteurs en dansers</p>	<p> Huishoudens</p>
	<p> Contactberoepen</p>	<p> Hulpbehoevenden</p>	<p> Terras met kuchscherf</p>

Versoepelen van maatregelen kan alleen als het coronavirus onder controle blijft.

**alleen samen krijgen we corona onder controle**

Voorwaarden en meer informatie:  
[rijksoverheid.nl/coronavirus](https://rijksoverheid.nl/coronavirus)  
of bel 0800-1351