



**Heropstart sportsector: Richtlijnen voor clubs, atleten & organistoren tijdens de corona exitstrategie
(Update 29/07/2020)**

Basisrichtlijn

Houd je altijd aan de basisrichtlijnen
betreffende hygiëne

© 2020 De Vlaamse Reguleerder voor de Gezondheidszorg en de Mediasector (Vlaamse Reguleerder voor de Gezondheidszorg)



HET CORONAVIRUS

Hoe kan je een besmetting voorkomen?



Was je handen regelmatig en grondig met water en zeep.
Reken zo'n 40 à 60 seconden per wasbeurt.



Hoest of nies in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van je elleboog.



Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze weg in een afsluitbare vuilbak.



Blijf zo veel mogelijk thuis. Ziek? Blijf dan in isolatie.



Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan met je handen.



Vermijd handen geven.



Vermijd nauw contact. Hou voldoende afstand (1,5 m).

DRAAG ZORG VOOR JEZELF EN ZO OOK VOOR ANDEREN.

FAQ

Is een richtlijn nog niet zo duidelijk?
Geef ons jouw vraag door!

Mogen we als club trainingen (bv. fietsen) in groep organiseren?

Ja, dit is toegelaten voor een groep tot maximum 50 personen. Er moet een begeleider aanwezig zijn én er moet voldaan worden aan de registratieplicht.

In de provincie Antwerpen:

- Voor volwassenen mogen groepstrainingen met max. 10 personen, met begeleider en registratieplicht.
- Mondmasker (vanaf 12 jaar) is niet verplicht bij het sporten in specifieke sportinfrastructuur of op plaatsen waar het rustig is met weinig risico tot overdracht.
- Voor -12 jarigen zijn er geen beperkingen.

FAQ

Is een richtlijn nog niet zo duidelijk?
Geef ons jouw vraag door!

Mogen we als club zwemtrainingen organiseren?

Ja, je mag zwemtrainingen organiseren met respect voor de regels van de zwembadexploitant en het naleven van de registratieplicht.

In de provincie Antwerpen:

- Mogen zwemtrainingen georganiseerd worden, ook voor meer dan 10 personen.
- Mondmaskergebruik (vanaf 12 jaar) voor én na het zwemmen en respecteer de fysieke afstand. Vermijd bovendien het samenscholen in de inkomhal.
- Zorg voor een duidelijke communicatie en procedure voor het afzetten en ophalen van de kinderen.

FAQ

Is een richtlijn nog niet zo duidelijk?
Geef ons jouw vraag door!

Moeten we onze atleten registreren bij open zwemmomenten (zonder trainer)?

In functie van de contacttracing is het aanbevolen om dit te doen. Duid op deze trainingsmomenten ook een verantwoordelijke aan die toeziet op het naleven van de maatregelen.

Heropstart sportsector (deel 1)

De nationale veiligheidsraad keurde op advies van Gezond Sporten Vlaanderen de fasering voor heropstart van de sportsector goed. De geplande volgende fase die zou ingaan op 1 augustus, wordt niet uitgevoerd. De huidige maatregelen blijven van kracht met enkele aanvullingen geldig vanaf 28/7 en specifiek voor clubs in provincie Antwerpen vanaf 29/7.

Nieuw vanaf 28/7:

- **Registratieplicht deelnemers trainingen:** De contactgegevens, telefoonnummer of e-mailadres, van één deelnemer per huishouden moeten worden geregistreerd **bij aankomst** op de activiteit. Deze gegevens moeten:
 - 14 dagen bijgehouden worden;
 - Enkel gebruikt worden in functie contacttracing;
 - Na 14 dagen worden verwijderd.

Deelnemers moeten uitdrukkelijk toestemming geven voor deze registratie, indien ze weigeren mogen ze niet deelnemen aan de activiteit.

- Verdere **bepering op aantal toeschouwers** bij wedstrijden:
 - 100 personen binnen;
 - 200 personen buiten.

Heropstart sportsector (deel 2)

De nationale veiligheidsraad keurde op advies van Gezond Sporten Vlaanderen de fasering voor heropstart van de sportsector goed. De geplande volgende fase die zou ingaan op 1 augustus, wordt niet uitgevoerd. De huidige maatregelen blijven van kracht met enkele aanvullingen geldig vanaf 28/7 en specifiek voor clubs in provincie Antwerpen vanaf 29/7.

Overige maatregelen:

- Trainingen in **groep mét contact** (max. 50, inclusief sportbegeleiders), zowel indoor als outdoor en in georganiseerd clubverband.
- Er moet steeds een **meerderjarige verantwoordelijke** aanwezig zijn.
- **Kleedkamers en douches** kunnen gebruikt worden, zie specifieke richtlijnen in [protocol sportinfrastructuur](#).
- **Wedstrijden** kunnen plaatsvinden, met maximaal 200 toeschouwers bij outdoor evenement (100 indoor) en naleving veiligheidsprotocollen.
- **Sportkampen** mogelijk tot 50 deelnemers.

Heropstart sportsector (deel 3)

De nationale veiligheidsraad keurde op advies van Gezond Sporten Vlaanderen de fasering voor heropstart van de sportsector goed. De geplande volgende fase die zou ingaan op 1 augustus, wordt niet uitgevoerd. De huidige maatregelen blijven van kracht met enkele aanvullingen geldig vanaf 28/7 en specifiek voor clubs in provincie Antwerpen vanaf 29/7.

Voor clubs in provincie Antwerpen (geldig vanaf 29/7):

- Groepstrainingen voor volwassenen zijn beperkt **tot max. 10 personen** (ipv 50).
- **Mondmasker** (vanaf 12 jaar) is niet verplicht bij het sporten in specifieke sportinfrastructuur of op plaatsen waar het rustig is met weinig risico tot overdracht.
- Voor -12 jarigen zijn er geen beperkingen.

Alle laatste informatie kan je steeds [hier](#) terugvinden op de website van Sport Vlaanderen.

Opgelet, **lokaal kunnen er strengere maatregelen gelden**, je kan dit nakijken via de website van jouw provincie of provincie.

Richtlijnen
individuele
atleten

RICHTLIJNEN VOOR
INDIVIDUELE ATLETEN

Richtlijnen individuele atleten

- 1) Trainen in groep tot max. 50 personen
- 2) Beperk het fysiek contact
- 3) Gebruik eigen materiaal
- 4) Trainen in niet-georganiseerd verband via sociale bubbel
- 5) Blijf thuis als je ziek bent
- 6) Wees hoffelijk
- 7) Check lokale maatregelen

Momenteel gelden volgende richtlijnen voor individuele atleten:

1. Trainingen (bv. fietstochten) in groep kunnen enkel in georganiseerd verband **tot max. 50 personen** (incl. begeleider) én mits voldaan aan **registratieplicht** (zie eerder), zowel indoor als outdoor;

In de provincie Antwerpen: voor volwassenen mag de groep niet groter zijn dan **10 personen**. **Mondmasker** (vanaf 12 jaar) is niet verplicht bij het sporten in specifieke sportinfrastructuur of op plaatsen waar het rustig is met weinig risico tot overdracht.
2. **Beperk het fysiek contact** tussen de verschillende leden van de groep.
3. We adviseren nog steeds het gebruik van **eigen trainingsmateriaal en drinkbus**, reinig deze regelmatig en was je handen voor en na de training.
4. Ga je trainen in niet-georganiseerd verband? Doe dit dan met mensen uit je **sociale bubbel**; namelijk max. 5 personen buiten je gezin (kinderen onder 12j niet inbegrepen).
5. Train alleen wanneer je fit bent. Heb je **koorts**? **Blijf dan thuis** en consulteer uw huisarts;
6. Wees je bewust van de impact op de omgeving, **fiets dus hoffelijk** en maak er geen wedstrijd van.
7. Opgelet, **lokaal kunnen er strengere maatregelen gelden**, je kan dit nakijken via de website van jouw provincie of provincie.

Richtlijnen clubs

RICHTLIJNEN VOOR CLUBS

Richtlijnen clubs

- 1) Trainen in groep tot max. 50 personen
- 2) Beperk het fysiek contact
- 3) Beperk het delen van materiaal
- 4) Blijf thuis als je ziek bent
- 5) Check lokale maatregelen

Momenteel gelden volgende richtlijnen voor clubs:

1. Trainingen in groep kunnen **tot max. 50 personen** (incl. begeleider) én mits voldaan aan **registratieplicht** (zie eerder), zowel indoor als outdoor;

In de provincie Antwerpen: voor volwassenen mag de groep niet groter zijn dan **10 personen**. **Mondmasker** (vanaf 12 jaar) is niet verplicht bij het sporten in specifieke sportinfrastructuur of op plaatsen waar het rustig is met weinig risico tot overdracht.

2. Beperk het fysiek contact tussen de verschillende leden van de groep;
3. We adviseren nog steeds het **gebruik van eigen trainingsmateriaal en drinkbus**, reinig deze regelmatig. Deel je materiaal? Ontsmet het dan voor en na gebruik.
4. Train alleen wanneer je fit bent. Heb je **koorts?** **Blijf dan thuis** en consulteer uw huisarts.
5. Opgelet, **lokaal kunnen er strengere maatregelen gelden**, je kan dit nakijken via de website van jouw provincie of provincie.

Richtlijnen clubs

- 1) Stel een coördinator aan
- 2) Kiss & Ride
- 3) Strikt start- en einduur

Volgende tips blijven van toepassing:

1. Stel binnen je club **een coördinator** aan. Deze persoon is verantwoordelijk voor de **communicatie** en enige aanspreekpunt. Hij/zij kijkt ook toe op het correct naleven van de maatregelen.
2. Een verplaatsing naar de sportaccommodatie is toegestaan, denk echter aan:
 - a) Een **kiss & ride zone**: als atleten worden afgezet, is dit volgens het “kiss & ride” principe. Er wordt niet afgesproken om samen naar de training te rijden. Verplaatsingen **enkel met gezinsleden**.
 - b) Zorg voor **een strikt start- en einduur** van de training en houd je eraan. Beperk het verblijf op de club zoveel mogelijk tot de duur van de training.

Richtlijnen clubs

- 3) Douches en kleedkamers weer open
- 4) Cafeteria's kunnen weer open
- 5) Train in groepen van max. 50 personen
- 6) Beperk gedeeld materiaal

3. Douches en omkleedruimten mogen weer openen.
4. **Cafeteria's kunnen openen**, mits in acht name voorschriften horecasector, zie website [Horeca Vlaanderen](#).
5. Stel **groepen van max. 50 personen** samen die zoveel mogelijk samen trainen, vermijd contact tussen deze groepen.
6. **Vermijd dat er materiaal wordt gedeeld**, ook binnen dezelfde trainingsgroep. Is het toch nodig, ontsmet het dan voor en na gebruik.
7. Vraag ouders **een mondkap te dragen** bij het afzetten en ophalen van hun kinderen.

Richtlijnen clubs: tips voor jeugdtraining

- 1) Max. 50 personen
- 2) Vermijd niet noodzakelijk contacten
- 3) Aandacht voor algemene hygiënemaatregelen

Hoewel social distance voor **-12 jarigen** niet meer nodig is, adviseren we

1. Om ook hier met **max. 50 personen** samen te trainen;
2. **Niet noodzakelijke contacten** tussen sportbegeleider en sporters te **vermijden**;
3. Blijf voldoende aandacht hebben voor **algemene hygiënemaatregelen** voor, tijdens en na de training.

Richtlijnen clubs: zwemmen

- 1) Zwembaden weer open
- 2) Protocol zwembadexploitanten
- 3) Belangrijkste richtlijnen

De zwembaden zijn weer open. Lees voor volledige info het [protocol voor zwembadexploitanten](#) na.

Naast de algemene richtlijnen (zie eerder) gelden volgende aandachtspunten voor zwembaden:

- Douchen gebeurt voor de training in het zwembad en na de training thuis;
- Maak een vast schema van zwemmers en communiceer dit met de exploitant;
- Hou rekening met de richtlijnen van 1 persoon per 10m² (of 5 zwemmers in een baan van 25m);
- Vraag aan de ouders de kinderen buiten op te wachten en niet te verzamelen in de inkomhal;
- Ga in overleg en volg steeds de richtlijnen van de zwembadexploitant!

Richtlijnen clubs: openwaterzwem men

Mits toestemming van de lokale overheid of infrastructuurbeheerder kan er in **open water** gezwommen worden. De algemene veiligheids- en hygiënevoorschriften blijven van toepassing.

Richtlijnen clubs: fietsen

- 1) Tot max. 50 personen (incl. begeleiders)
- 2) Informeer naar afgesloten infrastructuur
- 3) Afstand houden
- 4) Wees hoffelijk

Naast de algemene richtlijnen hou je rekening met volgende aanbevelingen voor de fietstrainingen:

1. Er kan een groepstraining op de openbare weg gehouden worden met max. 50 personen (incl. begeleiders);

In de provincie Antwerpen: voor volwassenen mag de groep niet groter zijn dan **10 personen**.

Mondmasker (vanaf 12 jaar) is niet verplicht bij het sporten in specifieke sportinfrastructuur of op plaatsen waar het rustig is met weinig risico tot overdracht.

2. Informeer bij de lokale overheid naar de mogelijkheden om te fietsen op afgesloten infrastructuur (bv. outdoor wielerpiste), dit is steeds veiliger;
3. Hoe hoger de snelheid, hoe meer afstand er gehouden moet worden;
4. Wees hoffelijk voor elkaar en anderen. De veiligheid primeert steeds op het trainingsdoel, ook op training vermijd je dus competitieve situaties.

Richtlijnen clubs: lopen

- 1) Openbare weg
- 2) Atletiekpiste

Naast de algemene richtlijnen hou je rekening met volgende aanbevelingen voor de looptrainingen:

1. Er kan een groepstraining op de openbare weg gehouden worden met max. 50 personen (incl. begeleiders);

In de provincie Antwerpen: voor volwassenen mag de groep niet groter zijn dan **10 personen**. **Mondmasker** (vanaf 12 jaar) is niet verplicht bij het sporten in specifieke sportinfrastructuur of op plaatsen waar het rustig is met weinig risico tot overdracht.

2. Op een atletiekpiste kan er getraind worden in verschillende groepen van max. 50 personen verspreid over de piste (bv. 1 groep kan looptraining doen, andere groep core stability in ander zone).

Richtlijnen clubs: gedrags- protocollen

Binnen de club zijn veel verschillende mensen actief (sporters, vrijwilligers, bestuurders, trainers,...). Om de heropstart van de sportsector vlot te laten verlopen is belangrijk dat iedereen zijn verantwoordelijkheid neemt.

Sport Vlaanderen werkte voor verschillende profielen gedragsprotocollen uit. Lees ze na en download affiches op volgende [pagina](#).

Verspreid deze binnen uw club!

Richtlijnen
organisatoren

RICHTLIJNEN VOOR ORGANISATOREN

Richtlijnen organisatoren

- 1) Algemene veiligheidsrichtlijnen
- 2) Event Risk Model
- 3) Publiek
- 4) Provincie Antwerpen
- 5) Check lokale maatregelen

Momenteel gelden volgende richtlijnen voor organisatoren:

1. De algemene veiligheidsrichtlijnen werden samengevat in volgend [document](#);
2. Sinds 1 juli is er een Event Risk Model van kracht. Organiseer je een wedstrijd? Vul dit dan zeker in via volgende [link](#).
3. Vanaf 28/7 gelden volgende beperkingen op het aantal toeschouwers:
 - 100 personen binnen;
 - 200 personen buiten.
4. **In provincie Antwerpen (vanaf 29/7):**
 - Enkel tijdsritformule mogelijk;
 - Geen wedstrijden mogelijk komende 4 weken in volgende gemeenten: Aartselaar, Antwerpen, Boechout, Boom, Borsbeek, Brasschaat, Edegem, Hemiksem, Hove, Kapellen, Kontich, Lint, Mortsel, Niel, Ranst, Rumst, Schelle, Schoten, Stabroek, Wijnegem, Wommelgem en Zwijndrecht.
5. Opgelet, **lokaal kunnen er strengere maatregelen gelden**, je kan dit nakijken via de website van jouw provincie of provincie.

Samen komen we er door!

Deze richtlijnen zijn gebaseerd op de richtlijnen van de overheid en vertaald naar de specifieke trainingssituatie van de Vlaamse clubatleten. De atleten en hun begeleiders blijven ten allen tijde verantwoordelijk voor hun eigen veiligheid en hun omgeving.

Nog vragen? Contacteer ons via info@triatlon.vlaanderen

