

De Brabantse Dolfijnen



Opgericht 1 - 6 - 1965
Aangesloten bij de KNZB.
Verenigingsregister : 40235884 Eindhoven
Correspondentie - adres : Dr. H. Mollerstraat 21, 5683 HN Best
Telefoon : 06-17761931
E-mail : secretaris@debrabantsedolfijnen.nl
Homepage : www.debrabantsedolfijnen.nl

Beste DBD leden, ouders en/of verzorgers,

Helaas kunnen we nog steeds niet zwemmen vanwege corona, maar gelukkig mogen jullie wel buiten sporten. Dus afgelopen weken zijn we bezig geweest om sportlocatie te regelen, zodat we jullie toch een training kunnen aanbieden.

We mogen elke maandagavond gebruik gaan maken van de korfbalvelden bij DKB. (Jacob van Wassenaarstraat 65)

We gaan in 2 groepen trainen.

De groep met de leeftijd 6 t/m 12 jaar: 18.30-19.20u

De groep met de leeftijd 13 t/m 17 jaar: 19.30-20.30u

Er zit 10 minuten tijd tussen zodat niet al de kinderen tegelijkertijd op de het veld aanwezig zijn.

Wat gaan we doen:

Sport en Spel.

Hoe kleed je jezelf:

trek lekker zittende (sport)kleding aan en sportschoenen (kunstgras schoenen als je deze hebt).

Heb je nu zin om op maandagavond lekker te komen sporten

Geef je dan op via een mailtje naar secretaris@debrabantsedolfijnen.nl

Graag voor zondag 21 februari.

Let op, we moeten ons houden aan een aantal richtlijnen:

Accommodatie

- Geen ouders op het terrein.
- Spelers komen zoveel mogelijk zelfstandig of worden bij de poort afgezet.
- Spelers mogen maximaal 5 minuten voor aanvang van de training op het sportpark komen.
- Spelers mogen voor of na hun training niet op het sportpark blijven hangen.
- Kleedkamers en kantine zijn gesloten. Kom dus in sportkleding naar het veld.
- Wel is 1 toilet beschikbaar voor noodgevallen. Voor het toiletgebruik mag 1 persoon tegelijk naar binnen.
- Kom niet naar DKB als je verkoudheidsklachten hebt of als een huisgenoot ziek is (koorts 38 graden of hoger). Houdt hierbij de RIVM richtlijnen aan.
- Trainers en handhavers dragen gele of oranje hesjes. Als er spelers of trainers zich niet aan de (afstands) regels houden, mogen zij door de handhavers de toegang tot het sportpark (tijdelijk) worden ontzegd.'

Hygiëne maatregelen

- Regels gelden zoals die door het RIVM zijn opgesteld mbt handen wassen ed.
- Bij DKB zijn handgels en desinfectiesprays ed aanwezig.
- Na gebruik worden gebruikte materialen gedesinfecteerd.
- Geregeld worden veel aangeraakte oppervlakten gedesinfecteerd (denk aan deurklinken, wc).
- Laat iedereen zijn eigen bidon meenemen en daaruit drinken.

Algemene maatregelen

Afstandsregels:

- 1,5 m tussen trainers onderling altijd
- 1,5 m tussen trainers en spelers t/m 12 jaar.
- Voor spelers t/m 12 jaar gelden onderling geen afstandsregels, fysiek contact is toegestaan.
- Voor spelers 13 t/m 17 jaar geldt, dat zij tijdens het sporten geen 1,5m afstand tot elkaar hoeven te houden, maar voor en na het sporten moeten zij wel 1,5m afstand houden
- Voor alle regels, zie de volgende pagina

Omdat we een grote opkomst verwachten, kunnen we vooralsnog alleen onze leden laten trainen. Dit ivm de grootte van de accommodatie

Ben je onverwachts toch verhinderd, meld je dan even af bij Lindsey
06-57754124

Tot maandag, wij hebben er zin in!

Groetjes
Lindsey, Vivan en Lisanne



Sporten tijdens de lockdown

Alleen of in vaste duo's buiten sporten op 1,5 meter afstand. Bekijk de spelregels voor de sport die gelden per 15 december 2020.

Algemene sportmaatregelen

Sport buiten met max. 2 personen op 1,5 meter afstand. Kinderen t/m 17 jaar en topsporters uitgezonderd.

Binnensportlocaties dicht.

Geen wedstrijden. Topsporters en topsportcompetities uitgezonderd.

Geen publiek bij sport.

Sportkantines, douches en kleedkamers zijn gesloten.

Geen groepslessen.

Volwassenen

Zelfstandig buiten sporten
Iedereen vanaf 18 jaar mag buiten sporten op 1,5 meter afstand. Individueel of met 2'n tweeën (excl. instructeur).

Groepsles / sporten onder begeleiding
Groepslessen voor volwassenen zijn verboden. Dit verbod geldt voor binnen en buiten.
Sporten onder begeleiding van een instructeur is buiten wel mogelijk in groepen van maximaal 2 personen (excl. instructeur).

Binnensporten
Alle binnensportlocaties zijn gesloten.

Kinderen t/m 17 jaar

Sporten in teamverband alleen buiten mogelijk.

Binnensportlocaties zijn dicht.

Geen 1,5 meter afstand regel tijdens het sporten.

Wedstrijden onderling met teams van eigen club toegestaan.

Kinderen vanaf 13 jaar mogen **na het sporten** niet bij elkaar komen met meer dan 2 personen. Voor jongere kinderen geldt deze beperking niet.

Houd je altijd aan de basisregels:

Heb je klachten?

Blijf in thuis-quarantaine. Ontvang geen bezoek. Laat je testen.

Werk thuis, tenzij het niet anders kan.

Houd 1,5 meter afstand.

Is het druk? Ga dan weg.

Was vaak je handen.

Hoest en nies in je elleboog.

Draag een mondkapje waar dat verplicht is.

alleen samen krijgen we
corona onder controle

Meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1351

