

Spelregels droogtraining zv de Plas

- Kom je met de auto, dan stap je uit in de “Dropzone”. Niet parkeren!
- Ben je met de fiets, dan fiets je het grasveld op en plaats je je fiets bij “Fietsen”.



- De training is buiten, dus kleed je op het weer en denk bijvoorbeeld aan zonnebrand.
- Omgekleed aankomen, het zwembad is dicht. Er zijn geen kleedruimtes of wc's.
- Ouders zijn helaas niet welkom bij de training, ook niet als toeschouwer
- Houd je aan de aanwijzingen van de trainers.

12 t/m 18 jaar

- Binnen de jeugd trainingsgroepen (12 t/m 18 jaar) moeten de deelnemers **1,5 meter afstand** tot elkaar en de trainers houden.

Ouder dan 18 jaar?

- Meld je dan aan voor de droogtraining voor de senioren op vrijdag 20:15 uur.

Verder gelden de volgende algemene Corona richtlijnen:

- Was regelmatig je handen goed met zeep
- Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
- Gebruik papieren zakdoekjes om je neus te snuiten en gooi deze daarna weg
- Schud geen handen.
- Heb je verkoudheidsklachten, zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest of verhoging dan wel koorts? Blijf thuis!
- Heeft 1 of meerdere personen bij jou thuis ernstige klachten zoals koorts en/of benauwdheid, dan blijf je thuis.
- Kom je toch met klachten naar de training dan zal de trainer je naar huis sturen!

We vragen aan iedereen om zich aan deze regels te houden. Op deze manier kunnen we op een veilige manier het sporten weer gedeeltelijk oppakken!

