

Rugbyspecifiek Protocol Verantwoord sporten

LET OP: alle wijzigingen in het protocol zijn in het rood weergegeven.

Dit protocol is gericht op het organiseren van gemeenschappelijke trainingsactiviteiten voor de rugbysport binnen de geldende verordeningen in verband met de strijd tegen het coronavirus. Uitgangspunt van dit rugbyspecifieke protocol is het door de gezamenlijke sport en NOC*NSF ontwikkelde landelijke algemene sportprotocol. Voor de algemene hygiëneregels én de regels omtrent samenwerkingen tussen gemeentes, sportaanbieders, bestuursleden, sportaccommodaties, welzijnsorganisaties en openbare ruimtes verwijst Rugby Nederland naar het landelijke sportprotocol. Aanvullend op het landelijk protocol dient ook het rugbyspecifieke protocol in acht genomen te worden.

- Het protocol van de NOC*NSF is te vinden op nocnsf.nl/sportprotocol. Hier vind je altijd de meest actuele versie van het sportprotocol. Mogelijk worden er nog aanpassingen gedaan in dit document.
- Het aanvullende protocol van Rugby Nederland is ook te vinden op www.rugby.nl/page/coronavirus-en-rugby. Hier vind je de meest actuele versie van dit rugbyspecifieke protocol.

Aanvullend op het landelijke sportprotocol, vraagt Rugby Nederland alle clubs zich te houden aan deze sportspecifieke zaken.

LEEFTIJDSCATEGORIEËN

Rugby Nederland erkent drie categorieën. Deze zijn opgedeeld in de teams waar je dit seizoen in speelt:

- 1) Jeugd tot en met 12 jaar: Guppen, Turven, Benjamins, Mini's
- 2) Jeugd van 13 tot en met 18 jaar: Cubs, Junioren, Colts
- 3) **Senioren vanaf 18 jaar**

- Speel je bij de Cubs en ben je twaalf jaar, dan val je in de tweede leeftijdscategorie (13 t/m 18 jaar) en de daarvoor geldende restricties.

Maatregelen met betrekking tot leeftijdscategorieën:

- De huidige regels voor categorie 2 en 3 zijn hetzelfde geformuleerd in het landelijke protocol en het rugbyspecifieke protocol.
- Gebruik bij trainingen waar leeftijdsgroepen zijn vermengd de regels die voor de categorie 13 jaar en ouder gelden.

AANTAL MENSEN OP HET RUGBYVELD

Om de veiligheid voor iedereen te kunnen garanderen gelden er beperkingen in het aantal begeleiders op een veld/spelersgroep:

- Per spelersgroep van 1-7 personen, max. 1 begeleider
- Per spelersgroep van 8-14 personen, max. 2 begeleiders
- Per spelersgroep van 15-21 personen, max. 3 begeleiders
- Per spelersgroep van meer dan 21 personen, max. 4 begeleiders

Voor de Cubs, Junioren en Colts, en Senioren vanaf 18 jaar vervalt de restrictie van het maximaal aantal spelers per rugbyveld. De verantwoordelijkheid ligt bij de rugbyclub om te zorgen voor voldoende ruimte zodat de 1,5 meter maatregelen kunnen worden uitgevoerd. Bij het vaststellen van de aantallen per training zal de grootte van de accommodatie, het aantal velden en de beschikbare coördinatie en begeleiding bepalend zijn.

TRAININGSTIJDEN

Laat de trainingen per veld of categorie op verschillende tijden starten zodat de aankomst en vertrek van spelers verschillend is en niet zorgt voor drukte bij de ingang van het sportcomplex.

ROUTING

Zorg voor duidelijke bewegwijzering om te voorkomen dat er druktepunten ontstaan op het sportcomplex en/of de rugbyclub.

CLUSTERS

Aangezien reizen wordt afgeraden raden wij clustertrainingen af en adviseren wij op de eigen club te trainen.

TRAININGEN VOOR JEUGD TOT EN MET 12 JAAR

Voor de jeugd tot en met 12 jaar is trainen mogelijk zonder beperkende maatregelen. Het gaat hier om trainingen van de Guppen, Turven, Benjamins en Mini's. Het is belangrijk om algemene richtlijnen strikt te volgen en hier duidelijke afspraken over te maken met begeleiders, ouders/verzorgers en overige betrokkenen.

Intensiteit

De jeugd tot en met 12 jaar heeft een langere tijd niet kunnen sporten dus hierbij adviseren we om in de trainingen daar rekening mee te houden. Houd de intensiteit van de trainingen op maximaal 70% en leg de nadruk op bewegen en het spelen van (rugby)spelletjes.

Introductie

Rugby Nederland geeft het advies om in deze periode niet actief te starten met introductie- en promotielessen voor deze doelgroep, daar ouders/verzorgers niet op het sportterrein mogen komen. Indien de richtlijnen na 20 mei verder zullen versoepelen zullen we de introductieperiodes gaan stimuleren en ondersteunen vanuit Rugby Nederland.

Voor de training

- Maak per training iemand verantwoordelijk voor het volgen van het hygiëneprotocol.
- Vooraf thuis handen wassen, bij voorkeur met alcohol 70% of Dettol, anders minimaal met water en zeep.
- Bal en ander materiaal desinfecteren vooraf met alcohol 70% of Dettol, anders minimaal water en zeep.
- Iedere sporter heeft zijn eigen bidon met drinken mee.

Bij aanvang van de training

- Bij aanvang van de training controleer je mondeling de gesteldheid van de spelers:
 - Niet verkouden, hoesten of andere ziekteverschijnselen (zoals dyspnoe (kortademig), diarree, hoofdpijn, conjunctivitis (oogontsteking), verminderde geur, smaak)
 - Geen temperatuur van 38 of hoger vóór de training (bij twijfel meten met een aanwezige oorthermometer)

Tijdens de training

- Tijdens uitleg coach ook 1,5 meter afstand houden (geen huddle).

Na de training

- Maak ballen en trainingsattributen schoon en desinfecteer met alcohol 70% of Dettol na gebruik en laat het materiaal netjes volgens de vooraf gemaakte afspraken achter.

TRAINING VOOR JEUGD VAN 13 T/M 18 JAAR EN SENIOREN VANAF 18 JAAR

Voor de jeugd van 13 tot en met 18 jaar en senioren vanaf 18 jaar is trainen mogelijk waarbij de 1,5 meter afstand moet worden aangehouden. Het gaat hier om trainingen voor de categorieën Cubs, Junioren en Colts en Senioren. Dit betekent trainen zonder contact. Er worden elke week voorbeeldtrainingen gedeeld vanuit Rugby Nederland voor deze categorieën.

Intensiteit

Het is belangrijk om de intensiteit in de training op maximaal 80% te houden omdat spelers al langere tijd niet hebben gesport. In de trainingen die aangeboden worden door Rugby Nederland wordt hier rekening mee gehouden en zal hier een geleidelijke opbouw in zitten. De training duurt maximaal 60 minuten.

We adviseren om onderstaande maatregelen rond de training uit te voeren:

Voor de training

- Maak per training iemand verantwoordelijk voor het volgen van het hygiëneprotocol.
- Vooraf thuis handen wassen, bij voorkeur met alcohol 70% of Dettol, anders minimaal met water en zeep.
- Bal en ander materiaal desinfecteren vooraf met alcohol 70% of Dettol, anders minimaal water en zeep.
- Iedere sporter heeft zijn eigen bidon met drinken mee.

Bij aanvang van de training

- Bij aanvang van de training controleer je mondeling de gesteldheid van de spelers:
 - Niet verkouden, hoesten of andere ziekteverschijnselen (zoals dyspnoe (kortademig), diarree, hoofdpijn, conjunctivitis (oogontsteking), verminderde geur, smaak)
 - Geen temperatuur van 38 of hoger vóór de training (bij twijfel meten met een aanwezige oorthermometer)
- Vooraf uitleg centraal dat je niet aan de neus of mond moet zitten. Dit controleren en zo nodig corrigeren.

Tijdens de training

- Tijdens uitleg coach ook 1,5 meter afstand houden (geen huddle)..

Na de training

- Maak ballen en trainingsattributen schoon en desinfecteer met alcohol 70% of Dettol na gebruik en laat het materiaal netjes volgens de vooraf gemaakte afspraken achter.

AFSLUITING

Wanneer het RIVM toestemming geeft de nu geldende richtlijnen (en protocollen) te verruimen, brengt Rugby Nederland haar clubs hiervan zo snel mogelijk op de hoogte.

Met elkaar hebben we de verantwoordelijkheid te zorgen dat iedereen zich houdt aan de maatregelen van het RIVM, het algemene sportprotocol en dit specifieke rugbyprotocol.

Op deze manier groeien we zo snel mogelijk weer toe naar ons vertrouwde verenigingsleven.