

## Graag je aandacht voor de volgende maatregelen



Blijf thuis als je één van de volgende klachten hebt: verkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, verhoging (vanaf 38 C°). Heeft er iemand in je gezin koorts (vanaf 38 C°), dan blijf je ook thuis.

### Voor de training



Zorg ervoor dat je een eigen bidon thuis gevuld hebt!



Elke sporter heeft zijn eigen handgel bij zich



Uiterlijk 5 minuten voor aanvang aanwezig



Ouders zetten de kinderen af voor het hek



De kantine is en blijft hele training gesloten

### Tijdens de training



Iedereen blijft hele training op 1,5 meter van elkaar



Per trainingsgroep is er een vaste verzamelplek



Er worden hoedjes gebruikt om afstand te houden in de rij



Vooraf handgel en na werpen steeds eigen materiaal pakken



WC is open, proberen te beperken en handen wassen

### Na de training



Niet meer dan 2 personen in materiaalhoek, ook dan 1,5 m



Ga na de training direct naar huis via de nieuwe uitgang



Ouders wachten buiten het hek op hun kinderen (op 1,5 m)



Thuis als eerste je handen wassen met zeep