

Hand-out spelers en begeleiders

- voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen spelers van 18 jaar en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamers en in de kantines;
- Verblijf zo veel en zo snel mogelijk **buiten de kleedkamer**.
- zorg ervoor dat je buiten de noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebt zoals bij het vieren van een overwinnings-moment en tijdens een wissel;
- neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- draag een mondkapje wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden;
- douchen wordt zo veel als mogelijk afgeraden. Ga je toch douchen. Voor 18 jaar en ouder geldt hierbij de 1,5 meter afstand;
- geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan;

Kom je voetballen? Let op!

- 1 Geen consumpties in de kleedkamer. Blijf er zo kort mogelijk.
- 2 Houd overal 1,5 meter afstand.
- 3 Indien nodig, splits de groep in de kleedkamer.
- 4 Respecteer de gezondheid van je tegenstander.



Bedankt!

Kom je meedoen? Let op!

- 1 Houd overal 1,5 meter afstand.
- 2 Met klachten, ga direct naar huis.
- 3 Was je handen.
- 4 Vermijd drukte.
- 5 Volg de routepijlen.



Bedankt!