

spelregels om weer veilig samen te sporten

informatie voor sporters

update 11 mei 2020



blijf thuis als je verkouden of griepig bent (of iemand in je huishouden). Volg altijd de richtlijnen van het RIVM



laat tijdig weten dat je deelneemt aan de sportactiviteit



kom enkel naar de locatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat



kom zoveel mogelijk lopend of met de fiets. Houd rekening met de richtlijnen verkeer & vervoer van de Rijksoverheid



max. 10 minuten voor aanvang aanwezig. Verlaat direct na de sportactiviteit de locatie



kom in je sportkleding, kleedkamers en douches zijn gesloten



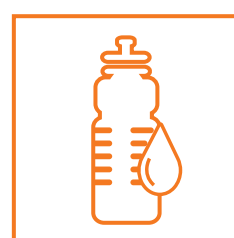
volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie



vanaf 13 jaar houd je te allen tijde 1,5 meter afstand, ook tijdens het sporten



gebruik zoveel mogelijk je eigen materialen. Reinig gedeelde materialen direct na de trainingssessie



neem je eigen bidon gevuld mee



boven de 70 jaar of behoort je tot een risicogroep? Denk na of het verstandig is om naar een sportlocatie te komen



vanaf 19 jaar mag je zonder begeleiding buiten trainen. Hanteer de voorwaarden volgens de lokale noodverordening.

sport bewust, houd je aan de spelregels, zo hebben we samen sportplezier

Meer informatie nocnsf.nl/sportprotocol

#wewinnenveelmetsport

