



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

AANPASSING RICHTLIJNEN VOOR HET BEOEFENEN VAN HOCKEY IN VLAANDEREN VANAF 8 JUNI 2020

In de versoepelde maatregelen rond de COVID-19 crisis, heeft de Nationale Veiligheidsraad (24 april 2020) beslist om georganiseerde sport in België geleidelijk terug op te laten starten. Sportieve activiteiten in openlucht zijn gefaseerd weer mogelijk vanaf 4 mei 2020.

Voor de teamsporten, zoals hockey, is dat, weer mogelijk vanaf 18 mei 2020. **In een eerste fase werd het document RICHTLIJNEN OPSTART HOCKEY VANAF 18 MEI opgesteld, dewelke nu in een tweede fase vanaf 8 juni 2020 versoepeld kunnen worden. Volgende algemene richtlijnen blijven nog steeds gelden::**

- zonder toeschouwers of ouders/begeleiders binnen de club of langs de lijn (behalve zij die door het clubbestuur gemandateerd zijn);
- met respect voor de hygiëneregels
- met respect voor de sociale (1,5m buiten het veld) en sportieve distancing (5 m op het veld). **NIEUW: De categorie spelers tot U12 hoeft geen rekening meer te houden met sociale of sportieve distancing.**
- het sportmateriaal (behalve de sticks en ander eigen materiaal van de spelers zelf), nodig voor de trainingen, zal ALLEEN door de trainers aangeraakt mogen worden.

Bovendien wordt er aangeraden om voor en na de trainingen mondkmaskers te gebruiken, en voor de trainers, ook tijdens de training.

Om ervoor te zorgen dat de maatregelen van de Nationale Veiligheidsraad niet teruggeschroefd worden, **vragen wij aan alle clubs, spelers en ouders om de richtlijnen en dringende adviezen die de VHL hieronder geeft, STRIKT te volgen en de opgelegde regels en afspraken te respecteren.** Het is de verantwoordelijkheid van ons allen om over elkaars gezondheid te waken ...

Deze adviezen kunnen natuurlijk veranderen indien er nieuwe richtlijnen worden afgekondigd door de Nationale Veiligheidsraad.

Lees verder op volgende bladzijden...



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

AANPASSING RICHTLIJNEN VOOR HET BEOEFENEN VAN HOCKEY IN VLAANDEREN VANAF 8 JUNI 2020

INSTRUCTIES VOOR DE CLUBS

- ✗ Zorg voor een veilige en handige 'kiss & ride' zone voor het afzetten van de kinderen. De ouders mogen hun kind afzetten tot aan het veld waar de terreinverantwoordelijke/assistentie-ouder de spelers op het veld toelaat. De oudere spelers komen zelfstandig naar de ingang van het veld. Er is geen publiek toegelaten rond het veld, buiten de horeca zones (zie hieronder).
- ✗ Kleedkamers en douches **blijven** GESLOTEN. Dugouts zijn afgesloten met afzetlint. Hang duidelijke posters met richtlijnen op. Er zijn templates voor posters beschikbaar op de site van de VHL.
- ✗ Horecazones (bar, tuinbars, restauratie en terras) mogen open onder strikte voorwaarden. Deze regels vind je terug op de website van de [FOD Economie](#) en [Horeca Vlaanderen](#). Het is voor klanten verplicht zittend te consumeren, op de infrastructuur die door de uitbater specifiek volgens de regels werd ingericht. **OPGELET: Voor kleinere sportkantines waar maar 1 iemand bestelt, kan de regel voor eenmanszaken toegepast worden en kan bediend worden aan de bar, steeds met respect voor de afstand van 1,5 meter met en tussen de klanten.**
- ✗ Vergaderruimten mogen terug open mits respect van de hygiëne en social distancing regels te respecteren.
- ✗ Drankautomaten **MOETEN** met afzetlint afgesloten worden.
- ✗ Stel schoonmaakmiddelen en alcoholgel beschikbaar en hang de hygiëneregels op meerdere plekken van het complex op (ingang/uitgang velden - WC).
- ✗ Zorg dat EHBO materiaal en een AED (Automatic External Defibrillator) altijd beschikbaar/bereikbaar zijn. Hang duidelijke posters waar deze te vinden zijn.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY
KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

✗ Maak uw trainingsschema zodanig op dat er telkens een ruimte van 15 min tussen elke training is om de spelers de kans te geven het veld te verlaten voordat er een nieuwe spelersgroep het veld op komt.

✗ Om de trainingen goed te laten verlopen, raden wij de clubs aan om te zorgen voor:



1 hoofdverantwoordelijke (kan een volwassen lid, ouder of begeleider zijn, die gemandateerd is door het clubbestuur):

- is constant fysiek aanwezig en duidelijk herkenbaar (fluohesje).
- heeft een mondmasker, te gebruiken wanneer social distancing (1,5m) niet kan nageleefd worden (bv bij blessure).
- heeft eindverantwoordelijkheid over de infrastructuur (veld(en), clubhuis, parking, ...) en de clubmedewerkers (trainers, , assistentie-ouders, ...).
- heeft het recht om op ieder moment de training te laten stoppen, of iemand naar huis te sturen, als de regels niet opgevolgd worden.
- Is verantwoordelijk voor het regelmatig ontsmetten van het sanitair**



Assistentie-ouders tijdens de trainingen van spelers tot U12 (kan een volwassen lid, ouder of begeleider zijn die gemandateerd is door het clubbestuur):

- 1 assistentie-ouder per 20 spelers**, is duidelijk herkenbaar (fluohesje).
- waarschuwt ouders als hun kind koorts en/of benauwdheidsklachten vertoont en vraagt hen om het kind onmiddellijk op te komen halen.
- heeft een mondmasker, te gebruiken wanneer social distancing (1,5m) niet kan nageleefd worden (bv bij blessure).
- is verantwoordelijk voor het ontsmetten van de handen van de spelers met alcoholgel aan de ingang van het veld bij de start van de training.
- geeft duidelijke richtlijnen over hygiëne.
- stuurt spelers naar hun trainer en gaat aan de zijlijn staan.
- vergezelt jonge spelers , indien deze tijdens de training naar het toilet moeten.
- geeft instructies aan de spelers om na de training hun hockeyspullen terug op te pikken en rustig het veld te verlaten en naar hun ouders te gaan.**
- is verantwoordelijk voor het ontsmetten van de handen van de spelers met alcoholgel aan de uitgang van het veld bij het einde van de trainingssessie.









ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA



1 terreinverantwoordelijke per veld voor hygiëne/ontsmetting op het veld (kan een volwassen lid, ouder of begeleider zijn die gemandateerd is door het clubbestuur; voor clubs met minder dan 500 leden mag deze persoon de dubbele rol op zich nemen van hoofdverantwoordelijke en terreinverantwoordelijke):

-  is constant op en rond zijn/haar veld aanwezig en duidelijk herkenbaar (fluohesje).
-  is verantwoordelijk om instructies en materiaal (alcoholgel + routingposters + ballen en trainingsmateriaal) te voorzien voor zijn/haar veld en checkt dit na bij elke nieuwe trainingsdag.
-  heeft een mondkap, te gebruiken wanneer social distancing (1,5m) niet kan nageleefd worden (bv bij blessure).
-  houdt in de gaten dat alles goed, en volgens de regels verloopt op en rond zijn/haar veld.
-  is verantwoordelijk voor de trainers en voor het doen naleven van de social distancing (1,5m) en sportieve distancing (5m) regel tijdens de training op het veld en rond het veld.
-  is verantwoordelijk voor het regelmatig ontsmetten van toegangshek/klink van zijn/haar veld.

✗ **Veldbezetting alle leeftijdsgroepen:**



Maximum 20 personen (trainer(s) inbegrepen) per ½ veld (in te delen naargelang de noden)



Maximum 40 personen (trainer(s) inbegrepen) per veld (in te delen naargelang de noden)

- ✗ Laat hekken en poortjes open indien mogelijk, om te vermijden dat deze door teveel handen moeten worden aangeraakt.
- ✗ Probeer indien mogelijk het opgaan van het veld en het verlaten van het veld, via gescheiden wegen te laten gebeuren, om er voor te zorgen dat personen elkaar zo weinig mogelijk kruisen.
- ✗ Geef looprichting(en) aan via posters.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

Nu we dankzij de versoepelingen opnieuw samen kunnen trainen, willen we dit natuurlijk graag zo houden. Dat kan alleen als alle clubs én alle spelers de regels en afspraken respecteren. We zijn samen verantwoordelijk voor elkaars gezondheid én rekenen meer dan ooit op ieders inzet!

PAS OP!

- ✗ **Deze richtlijnen kunnen ten allen tijde gewijzigd of bijgestuurd worden, naargelang de beslissingen van de Nationale Veiligheidsraad.**
- ✗ **Iedere organisatie wordt geacht de officiële regelgeving van de Nationale Veiligheidsraad strikt te volgen. Deze vindt u hier: www.info-coronavirus.be/nl/. Wees ervan bewust dat uw club ten allen tijde kan gecontroleerd worden door de politie, op het naleven van deze regels.**

PLAY IT SAFE!





ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

AANPASSING RICHTLIJNEN VOOR HET BEOEFENEN VAN HOCKEY IN VLAANDEREN VANAF 8 JUNI 2020

INSTRUCTIES VOOR TRAINERS

- ✗ Bereid je training goed voor. Zorg ervoor dat het trainingsmateriaal klaarstaat op het veld als de spelers het veld op komen. Suggestie: waarom niet vooraf Zoomen of Whatsappen met je groep(en) om training(en) nog beter voor te bereiden.
- ✗ Trainingsoefeningen:
 - 👤 Enkel oefeningen binnen elke groep, niet cross-groep/ploeg
 - 👤 Voorzie **GEEN** onderlinge wedstrijden voor jongeren vanaf U14/volwassenen. Tot U12 mogen er oefenwedstrijden plaatshebben binnen de groep.
- ✗ **Type oefeningen voor jongeren vanaf U14/volwassenen:**
 - 👤 Individuele oefeningen – fysiek: lopen, kracht, stretching
 - 👤 Individuele oefeningen – techniek: behendigheid
 - 👤 ‘Passing’ met max. 3 spelers: shot/push/flats/sleep
 - 👤 ‘Op doel’ met max. 3 spelers en zonder verdedigende partij: shot/push/flats/sleep
 - 👤 Richtlijnen voor de trainingsoefeningen zijn op de site van de VHL te vinden.
- ✗ Was/ontsmet je handen voor je vertrek van huis.
- ✗ Het is aangeraden een mondmasker te dragen.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY
KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

- ✗ Check of je spelers bij het begin van de training op de hoogte zijn van de algemene hygiënische maatregelen:
 - 🧑‍🦲 Handen ontsmetten bij het opkomen op het veld en verlaten van het veld
 - 🧑‍🦲 De juiste afstand behouden **vanaf U14/volwassenen:**
 - 📏 buiten het veld: altijd **min. 1,5 meter** afstand houden
 - 📏 op het veld: altijd **min. 5 meter** afstand houden
 - 🧑‍🦲 **Hun hockeyspullen aan de zijlijn van het veld achterlaten op 5 m van elkaar.**
 - 🧑‍🦲 Enkel hun eigen stick, bitje, drinkfles, scheenbeschermers gebruiken en aanraken
 - 🧑‍🦲 Ballen mogen enkel met de stick of de voet aangeraakt worden

- ✗ Geef mee (aan je spelers vanaf U14) dat inspanning aanbevolen is tot 80% van de maximale hartslag (momenteel niet meer) en kijk er op toe dat de jongere spelers niet overdrijven.

- ✗ Jij ALLEEN bent verantwoordelijk voor het verdelen en het weer verzamelen van de ballen, en ze doorgeven aan de terreinverantwoordelijke aan het einde van jouw trainingsblok.

- ✗ Je bent verantwoordelijk voor het uitleggen van de oefeningen.

- ✗ Je bent verantwoordelijk voor het in het oog houden van de kinderen i.v.m. naleven van de richtlijnen.

- ✗ **Veldbezetting alle leeftijdsgroepen:**
 - 🧑‍🦲 **Maximum 20 personen (trainer(s) inbegrepen) per ½ veld (in te delen naargelang de noden)**
 - 🧑‍🦲 **Maximum 40 personen (trainer(s) inbegrepen) per veld (in te delen naargelang de noden)**

PLAY IT SAFE!





ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

AANPASSING RICHTLIJNEN VOOR HET BEOEFENEN VAN HOCKEY IN VLAANDEREN VANAF 8 JUNI 2020

INSTRUCTIES VOOR SPELERS EN/OF OUDERS/BEGELEIDERS

- ✗ Was/ontsmet je handen voor je vertrek van huis.
- ✗ Kom op de club in trainingskleding en vertrek in dezelfde kleding naar huis (kleedkamers & douches zijn GESLOTEN).
- ✗ Kom **maximum** 10 minuten vóór het begin van je training naar de club en wacht buiten het veld (op 1,5 m van elkaar) tot de training vóór die van jou afgelopen is. Betreed het veld niet allemaal op hetzelfde moment, maar wacht geduldig je beurt af. **Ga zelfstandig van de 'kiss & ride zone' naar het veld waar de assistentie-ouder of terreinverantwoordelijke je opwacht. Jonge kinderen kunnen door de ouders/begeleiders afgezet worden aan de ingang van het veld. Er is geen publiek rond het veld toegestaan buiten de horeca zones (bar, tuinbars, restauratie en terras).**
- ✗ In het begin en op het einde van elke training ontsmet je je handen met alcoholgel die je zelf mee hebt. De club zal daarnaast ook alcoholgel ter beschikking stellen.
- ✗ Blijf thuis als je één van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, koorts – **zelfs in de lichtste vorm!**
- ✗ Blijf thuis als iemand bij je thuis koorts en/of benauwdheidsklachten heeft.
- ✗ Voor, tijdens en na de training GEEF JE ELKAAR GEEN HAND maar hou je je strikt aan de social distancing regels. Je kan elkaar perfect op een andere manier begroeten, succes of proficiat wensen, zonder elkaar een hand of kus te geven, dwz geen "blotehandcontact" met andere personen.



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY
KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

- ✗ **Afstand houden:**
 - 🧑‍🦲 **Tot U12: geen social- en sportieve distancing meer vereist**
 - 🧑‍🦲 **Vanaf U14:**
 - **buiten het veld: altijd **min. 1,5 meter** afstand houden**
 - **op het veld: altijd **min. 5 meter** afstand houden**
- ✗ **Breng je eigen spullen mee: hockeystick, schoenen, scheenbeschermers, handschoen, bitje, drinkbus (drink enkel van je eigen drinkbus).**
 - 🧑‍🦲 **Eigen stick of eigen bitje vergeten? → speler MAG NIET trainen en MOET naar huis.**
 - 🧑‍🦲 **Raak enkel je eigen materiaal aan.**
- ✗ **Trainingsmateriaal (ballen, kegels,...) daar zorgt de club voor.**
 - 🧑‍🦲 **Enkel de trainer mag het trainingsmateriaal met zijn/haar handen aanraken, spelers enkel met de stick.**
 - 🧑‍🦲 **De trainer is verantwoordelijk voor het verzamelen van het trainingsmateriaal en het doorgeven aan de terreinverantwoordelijke.**
- ✗ **Een keeper mag enkel zijn eigen keepersmateriaal gebruiken. Indien er geen “vaste” keeper met eigen materiaal is, wordt er getraind **zonder** keeper.**
- ✗ **Heb je tijdens de training per ongeluk toch een persoon of zijn/haar materiaal aangeraakt, ontsmet dan opnieuw je handen met jouw eigen of de aanwezige alcoholgel.**
- ✗ **Breng steeds papieren zakdoeken mee.**
 - 🧑‍🦲 **Gebruik deze steeds om uw neus te snuiten en werp deze dan onmiddellijk daarna in de aanwezige vuilnisemmers.**
 - 🧑‍🦲 **Het is **STRENG VERBODEN** om op het veld te spugen en/of neus te snuiten zonder zakdoek.**
- ✗ **Na de training ontsmet je je handen nog eens met alcoholgel en verlaat je onmiddellijk het veld en de club via de aangegeven weg, rustig en op afstand (1,5m) van elkaar. Jonge kinderen kunnen door hun ouders net buiten het veld worden opgehaald.**



ASSOCIATION ROYALE BELGE DE HOCKEY
LIGUE FRANCOPHONE DE HOCKEY

KONINKLIJKE BELGISCHE HOCKEY BOND
VLAAMSE HOCKEY LIGA

ouders/begeleiders

- ✗ Ouders/begeleiders zetten hun kinderen af aan de 'kiss & ride' zone **maximum** 10 minuten vóór het begin van hun training en komen hen halen zodra hun training afgelopen is (carpooling wordt ten stelligste afgeraden). **Jonge kinderen kunnen door de ouders/begeleiders afgezet worden aan de ingang van het veld.**
- ✗ Horeca zones (bar, tuinbar, restauratie en terras) mogen opnieuw open voor ouders/begeleiders en spelers, mits de 1,5 m social distancing gerespecteerd wordt. Er is geen publiek toegestaan rond het veld, buiten deze horeca zones.

PLAY IT SAFE!