



Uiteraard blijf je thuis als je klachten hebt. Maar in geval van sporten, waarbij je traint met anderen en/of wedstrijden doet in een team en anderen potentieel in gevaar brengt, gelden aanvullende maatregelen:

- Als een sporter symptomen heeft van koorts, hoest of kortademigheid, dan traint hij niet, doet hij geen wedstrijden en dient hij te worden getest;
- Huisgenoten blijven ook thuis (volgens RIVM-richtlijnen), in ieder geval totdat een negatief testresultaat binnen is.
- Als een sporter positief wordt getest op het virus:
 - gaat hij/zij in quarantaine.
 - het hele team/trainingsgroep(en) waarmee wordt gesport wordt getest op aangeven van medici / GGD OF het hele team/de trainingsgroep(en) gaat gedurende 10 dagen in quarantaine als ze op een afstand van minder dan 1,5m zijn geweest van de positief geteste sporter gedurende 10 minuten of langer.
 - Quarantaine kan achterwege blijven indien zij steeds op een grotere afstand dan 1,5m zijn geweest en geen symptomen hebben of negatief zijn getest op het coronavirus.
 - Huisgenoten gaan bij een positief testresultaat 10 dagen in thuisquarantaine. Afmelden voor een training/wedstrijd is voldoende. Als ook zij klachten vertonen, dan herhalen deze stappen zich.
- Aanvullende richtlijnen bij terugkomst van vakantie in het buitenland:
 - Komt men uit een geel gebied (zie actueel overzicht) dan hoeft men bij terugkeer niet in thuisquarantaine.
 - Komt men uit een oranje gebied, dan is het dringende advies om bij terugkomst in Nederland 10 dagen in thuisquarantaine te gaan.
- I.v.m. een mogelijk contact- of brononderzoek is het van belang te weten wie tijdens een training/wedstrijd in de accommodatie is geweest.

Registratie van aanwezigheid bij trainingen en wedstrijden is daardoor te allen tijde verplicht