

Per 10 juli zijn vanwege de toenemende besmettingen nieuwe maatregelen aangekondigd tegen de verspreiding van het coronavirus.

BASISREGELS VOOR IEDEREEN

- Heb je klachten? Blijf thuis. Laat je testen.
- Houd 1.5 meter afstand
- Was vaak je handen.
- Vermijd drukte.
- Schud geen handen.
- Hoest en nies in je elleboog.
- Gebruik papieren zakdoekjes.

Het Avanti bestuur doet een beroep op ieders verantwoordelijkheid om de regels in acht te nemen. De grenzen van de verkregen ruimte moeten niet opgezocht worden!

Voor tijdens het sporten geldt:

- Qua trainingen zijn er geen beperkingen, ook de afstandsregels hoeven tijdens de sportbeoefening niet nageleefd te worden;
- Er mogen zonder beperkingen wedstrijden gespeeld worden
- Kleedkamers en douches zijn geopend.
- Er mogen toeschouwers aanwezig zijn, deze dienen 1,5 meter afstand van elkaar te houden.

Regels kleedkamers:

- Maximaal 4 personen tegelijk in de kleedkamer, waarvan 2 personen kunnen douchen.
- Douche en omkleden doe je het liefst thuis.
- Teambesprekingen gebeuren buiten, dus niet in de kleedkamer of bestuurskamer.

Voor kantines geldt

- voor sportkantines gelden de plannen voor de horeca. Zie ook [hier](#);
- een vaste zitplaats is verplicht. Dit mag ook een zitplaats aan de bar zijn.
- bezoekers houden 1,5 meter afstand van elkaar.

Voor de regels mbt tot verkoudheid en testuitslagen volgen wij de richtlijnen van de RIVM met een kleine aanvulling in overleg met de GGD;

Als je je hebt laten testen omdat je een nauw contact bent of omdat je klachten hebt:

Blijf thuis tot de uitslag bekend is. Als je ook koorts hebt of benauwd bent, dan blijven ook je huisgenoten thuis tot de uitslag van de test bekend is.

Hebben je huisgenoten ook klachten? Dan laten zij zich ook testen.

Als blijkt dat je wel het nieuwe coronavirus hebt, blijven jij en je huisgenoten thuis. De GGD Gemeentelijke Gezondheidsdienst zal je vertellen wat jij en de mensen om je heen moeten doen.
Link: [Hier vind je meer informatie over de leefregels thuis en wat je moet doen als je COVID-19 hebt.](#)

Ons advies als je in contact bent geweest met een coronapatient; neem contact op met de GGD voor richtlijnen! Ga in thuisquarantaine totdat je weet of je tot een overig of een nauw contact bent.
Als je in thuisquarantaine zit kan je dus niet komen sporten!