



Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- **voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;**
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen;
- ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen;
- houd 1,5 m afstand met personen van 18 jaar of ouder (uitzondering tijdens het sporten);
- vermijd drukte;
- was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie;
- schud geen handen.

Bron: NOCNSF (<https://nocnsf.nl/media/2669/nocnsf-protocol-verantwoord-sporten-v8.pdf>)

