

Veelgestelde vragen over het coronavirus en sport

Op deze pagina leest u meer informatie over de gevolgen van de uitbraak van het coronavirus en de mogelijkheid om te sporten of deel te nemen aan een sportevenement.

Gaan trainingen en sportwedstrijden door?

- Tot en met 28 april zijn er geen trainingen, competities, toernooien en sportevenementen toegestaan.
- Vanaf 29 april mag de jeugd tot en met 18 jaar weer samen trainen in de buitenlucht. Daarbij moeten de hygiëne maatregelen van het RIVM worden gevolgd.
- Voor de jeugd in de leeftijd 13 tot en met 18 jaar geldt dat zij zich tijdens het sporten 1,5 meter afstand moeten houden. Voor de jeugd t/m 12 jaar geldt dat niet. Alleen trainingen zijn toegestaan, wedstrijden/competities en toernooien blijven verboden.
- Voor volwassenen blijft gelden dat georganiseerde sporttrainingen niet mogen plaatsvinden en er geen wedstrijden mogen worden gespeeld. Wandelen, fietsen of hardlopen in de buitenruimte blijft toegestaan waarbij de 1,5 meter afstand ook dan in acht moet worden genomen. Laat de groep bovendien uit niet meer dan 2 personen bestaan.

Kan ik op sportaccommodaties terecht om individueel te sporten?

- Voor de jeugd t/m 18 jaar is het toegestaan om vanaf 29 april trainingen op de sportaccommodatie te hervatten. Dit geldt alleen om begeleide trainingen op buitensport accommodaties. Sporthallen, squashbanen en andere indoor sportaccommodaties blijven gesloten. En ook de kleedkamers en kantines bij buitensport accommodaties blijven dicht.
- Voor de jeugd in de leeftijd 13 t/m 18 jaar geldt dat zij tijdens het sporten 1,5 meter afstand moeten houden. Voor de jeugd t/m 12 jaar geldt dat niet.
- Sporten door volwassenen de sportaccommodatie is niet toegestaan. Zelf sporten in de openbare ruimte met inachtneming van de 1,5 meter mag wel. Laat de groep bovendien uit niet meer dan 2 personen bestaan.

Gaat mijn bootcamp-, kickboks- of yogacursus onder leiding van een instructeur in het park door?

- Alleen trainingen voor de jeugd t/m 18 jaar mogen vanaf 29 april weer plaatsvinden.
- Trainingen voor volwassenen zijn nog niet toegestaan.

Ik wil graag met vrienden of bekenden samen sporten in de buitenlucht. Op welke manier kan dat veilig?

- Voor dit niet-georganiseerde sporten gelden dezelfde gezondheidsadviezen als voor al het andere sociale contact: houd minimaal 1,5 meter afstand en blijf binnen wanneer u last heeft van neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn en hoesten of verhoging of koorts. Laat de groep bovendien uit niet meer dan 2 personen bestaan. Dus met één vriend of bekende kan, maar met meer niet. Tot slot: Zoek geen risico's op waardoor u bent aangewezen op medische hulp (bijvoorbeeld door een ongeval). En als u valt in een risicogroep zoals ouderen, moet u zoveel mogelijk sociaal contact vermijden, samen sporten gaat dus ook even niet.

Mogen mijn kinderen samen spelen/sporten op het trapveldje of pleintje in de buurt?

- Kinderen t/m 12 jaar mogen op de veldjes en pleintjes zelf vrij spelen en sporten. Hierbij hoeft de 1,5 meter afstand niet in acht te worden genomen.

Mogen jongeren nu weer samen gaan sporten op het Cruyff court?

- Jongeren in de leeftijd van 13 tot en met 18 jaar mogen vanaf 29 april, wanneer er sprake is van een georganiseerde sportactiviteit onder leiding van een door de gemeente aangewezen trainer, samenkomen om te sporten. Buiten de activiteit om blijft gelden dat jongeren alleen mogen samenkomen in groepen van maximaal 2 personen. Voor de jeugd in de leeftijd 13 t/m 18 jaar geldt dat zij tijdens het sporten 1,5 meter afstand moeten houden.

Mijn competitie zou dit voorjaar beginnen, gaat die nu wel starten?

- Voorlopig mogen er nog geen sportwedstrijden of toernooien georganiseerd worden. Neem contact op met uw bond wat dit betekent voor uw competitie.

Kan ik contributie of lesgeld terugvragen van mijn vereniging of fitnessclub of andere sportaanbieder?

- Dat is afhankelijk van de afspraken die u met uw sportaanbieder gemaakt hebt. Het is wel zo dat uw sportaanbieder doorlopende kosten heeft en uw bijdrage nodig heeft om deze kosten te dekken, zodat uw sportclub de deuren weer voor u kan openen wanneer deze uitzonderlijke situatie voorbij is. Kunt u het toch niet missen, vraag dan of het mogelijk is om de huidige betaling om te zetten in een tegoed. Daarmee neemt u een aandeel in de toekomst van de sport.

Wanneer kan ik weer gewoon sporten zoals ik dat zelf wil?

- Dat is nog onbekend. Weer samen sporten op de club voor volwassenen is pas weer toegestaan als dit veilig kan voor de sporter zelf, hun begeleiders maar ook voor de kwetsbare mensen in Nederland.

Wordt het virus doorgegeven als je van dezelfde sportmiddelen (rek, bank, etc.) gebruikmaakt?

- Een virus heeft een mens of dier nodig om 'in leven te blijven' en zich te kunnen delen. Buiten het lichaam kan het virus maar kort overleven. Hoe lang het virus op sportmiddelen overleeft, is afhankelijk van het soort oppervlak, de temperatuur en de luchtvochtigheid. Zo overleeft het virus in het algemeen beter op harde/gladde materialen zoals plastic, metaal en glas, en minder goed op poreuze oppervlakken zoals papier en karton. De kans dat u besmet raakt door het aanraken van een product of oppervlak is heel klein, maar niet helemaal uitgesloten. Wel neemt het aantal virusdeeltjes heel snel (exponentieel) af buiten het lichaam. In het algemeen raden we aan om regelmatig uw handen te wassen en sportmaterialen te desinfecteren na gebruik. Een oppervlak dat mogelijk besmet is, kun je eenvoudig reinigen met een gewoon schoonmaakmiddel.

Kan ik nog bridge spelen, schaken of andere denksporten doen?

- Het advies is om dit niet te doen. Veel van deze denksporten vereisen dat deelnemers aan dezelfde tafel zitten en dat is in veel gevallen binnen 1,5 meter. Daarnaast worden de materialen (speelkaarten, stukken) vaak doorgegeven waardoor het risico op besmetting vergroot wordt.
- Denksporten lenen zich echter wel goed voor digitale varianten. Via internet zijn vele mogelijkheden, zo raadt de [Bridgebond Stepbridge](#) aan. Ook voor andere denksporten zijn diverse applicaties beschikbaar. Zo verwijst de schaakbond voor jeugd naar de online jeugdschaakclub [Schaakmatties](#).

Geldt social distancing ook voor sport- en beweegactiviteiten met dieren? Kan ik de hond nog uitlaten en paardrijden?

U kunt uw hond uitlaten of met uw paard buiten rijden, als u de hygiënemaatregelen toepast:

- Was uw handen vaak met water en zeep
- Hoest en nies in de binnenkant van uw elleboog
- Gebruik papieren zakdoekjes
- Schud geen handen
- Houd 1,5 meter (2 armlengtes) afstand van elkaar

Ik wil gaan zwemmen, surfen of varen met mijn bootje. Op welke manier kan dat veilig?

- Net als voor andere sporten in de buitenlucht geldt hier: houd minimaal 1,5 meter afstand en laat de groep uit niet meer dan 2 personen bestaan. Ga alleen naar buiten als dat nodig is en ga zo veel mogelijk alleen op pad. Zoek geen risico's op waardoor u bent aangewezen op een reddingsactie of op medische hulp. Alleen dan is recreatievaart en sporten in het water verantwoord.

Kan het virus doorgegeven worden via zweet?

- Door hoesten en niezen komt het virus uit neus, keel of longen naar buiten. Via kleine druppeltjes komt het virus in de lucht. Daarom is het van belang om 1,5 meter afstand van elkaar te houden. Het virus wordt niet via zweet doorgegeven.

Hoe zit het met sportevenementen en activiteiten na 28 april, gaan die wel door?

- Wedstrijden, competities en toernooien kunnen voorlopig nog niet plaatsvinden. Pas als het virus verder onder controle is gebracht, wordt er weer mogelijk om sportevenementen en activiteiten te organiseren. . Voor evenementen met vergunnings- en meldplicht geldt dat die in ieder geval tot 1 september niet kunnen plaatsvinden.

Ik heb een kaartje voor een sportwedstrijd. Kan ik mijn geld terugkrijgen als die niet door kan gaan?

- Toeschouwers van een eenmalig sportevenement hebben wettelijk het recht om hun geld terug te vragen. In deze uitzonderlijke omstandigheden kunnen organisatoren u een voucher aanbieden waarmee u later een gelijkwaardig evenement kunt bezoeken. Daarmee wordt voorkomen dat organisatoren nu in grote financiële problemen komen. De sportsector sluit zich met deze regeling aan bij de culturele sector. Meer informatie vindt u op de websites [Bewaar Je Ticket](#) en [Save your ticket \(Engels\)](#).
- Als er meer duidelijkheid is over de voortgang van de betaald voetbalcompetities, komen er voor wedstrijden toegangskaarten. De betaald voetbalclubs informeren u daar over.

Ik heb mij ingeschreven om aan een sportevenement deel te nemen. Kan ik mijn geld terugkrijgen als dat niet door kan gaan?

- Voor deelnemers aan sportevenementen gelden andere voorwaarden dan voor toeschouwers bij de sportwedstrijd. U kunt voor de voorwaarden die van toepassing zijn het beste contact opnemen met de organisator van het betreffende evenement.