



Volleyball

PROTOCOL COVID-19

INTRODUCCION:

Banda di e Protocol Nacional pa Deporte en general cu a wordo presenta pa Gobierno/Salud Publico y IBISA, Aruba Volleyball Association ta introduci un Protocol adicional especificamente pa e deporte di volleyball di sala y di beach volleyball.

Pa Directiva di Aruba Volleyball Association Salud, Bienestar y Seguridad ta e TOP Prioridad pa cada atleta y nan mayornan, entrenador, dirigente, miembro y tur personanan cu ta comprometi cu e deporte di Volleyball di Aruba en general.

LIÑANAN GENERAL DI SEGURIDAD Y HYGIENA PA TUR HENDE:

- Keda cas si bo ta malo;
- Keda cas si den e 24 oranan prome bo tabata sinti e siguiente sintoma
– tosamento, rosea cortico, dolor di garganta, nanishi cera of keintura mas cu 37.5 grado;
- Keda cas si un hende den bo cas tin tosamento, rosea cortico, dolor di garganta, nanishi cera of keintura mas cu 37.5 grado;
- Keda cas si bo a wordo poni den cuarentena;
- Keda cas mientras bo ta den isolacion ya cu bo tabata tin contacto directo cu un hende cu a test positivo pa e coronavirus;
- Bay cas mesora si bo sinti malo;
- Mantene minimo un meter y mei (1.5m) di tur otro hende cu no ta biba den e mesun cas cubo;
- Tosa y niester den bo elleboog y uza papel;
- Laba man cu awa y habon;
- Trata pa no mishi cu bo cara;
- No duna man (shake hand).

CATEGORIA DI RISICO:



Pa realiza un manera sigur pa train volleyball, ta parti e riesgo den tres categoria:

- **RISICO ABAO:** E atleta por traha ariba y desaroya su habilidad individual su so of cu mas miembranan di famia na su cas/den cura di cas (passing drills, blocking, hitting, settings, strenght trainings, general fitness)
- **RISICO MEDIANO:** E training individual cu ta stipula den riesgo abao por tuma lugar den lugarnan abierto unda tur cu ta participa na e training aki ta ser recomenda pa mantene e distancia di minimo 1.5metro y cu ta desinfecta e balanan.
- **RISICO HALTO:** Desaroyo di e habilidadnan individual ta tuma lugar cu no-miembranan di famia y cu no mester tene distancia fisico y no mester desinfecta e balanan. Por hunga den un team / grupo.



Volleyball

PROTOCOL COVID-19

LIÑANAN GENERAL PA ATLETA PROME CU SALI FOR DI CAS:

ATLETANAN:

For di awo en adelante ta necesario pa e atleta haci un control di salud, bienestar y seguridad di su mes prome cu e sali di cas.

- Bay baño na bo cas;
- Bisti bo paña di training na cas cu excepcion di bo keds cu lo bo bisti ariba cancha di training;
- Prepara bo muchila/tas pa bay training cu bo keds/ bo propio serbete / bo propio botter di awa etc.;
- Laba bo man cu awa y habon prome cu bo sali pa bay un training;
- Yega no mas cu dies minuut (10min) prome cu e training cuminsa y bay bo cas manera cu e training caba;
- No duna otro man ora bo yega e localidad di training;

ORA CU E ATLETA YEGA E LOCALIDAD DI TRAINING:

- Verifica si e personanan rond di bo no tin problemanan di salud manera un verkoud, tosamento etc. Si bo constata esey recomienda e persona pa e bay cas pa recupera;
- Sigi e liñanan di instruccion tanto esunnan visual como esun di bo instructor / entrenador;
- Haci uzo di e portanan cu ta designa pa entrada y salida;
- No drenta na grupo pareeuw den e localidad di training;
- Drenta e zona di training na momento cu bo haya permiso di bo entrenador pa haci esaki;
- Bisti bo sapato di train / keds paden di e localidad di training;
- Yega e lugar di training 10 minuut prome cu comienso di training;
- Keda mantene e distancia minimo di 1.5 meter;
- No hasi uso di e cambernan pa cambia paña (kleedruimtes);
- Laba bo man y braza prome y despues di training cu awa y habon;
- No tin "high fives" of otro tipo di contacto fisico;

DURANTE E TRAINING DI E ATLETA:

- Atletanan ta haci uzo solamente di nan mesun materialnan;
- Atleta ta sigi tur instruccion di e trainersnan encuanto reglanan di Entrenamento;
- No mishi cu bo cara durante training;
- Haci uzo di bo propio botter di awa y no a haci uzo di watercooler;
- Haci uzo solamente di e balanan cu e entrenador ta facilitabo (desinfecta);
- No mishi cu net di volleyball ni cu e palonan di net;
- Minimalisa e uzo di toilet si esaki ta posibel;
- Si bo mester toza of niester haci esaki pafo di e zona di entrenamiento;
- Si bo bira malo durante entrenamiento bandona e zona di entrenamiento y bai pafo pa haya ayudo;
- Keda continuamente ariba e cancha/zona cu bo ta asigna pa train;



Volleyball

PROTOCOL COVID-19

DESPUES DI TRAINING:

- Sigura bo mes e comienso y e duracion di bo entrenamiento;
- No por haci uzo di douche na e localidad di training;
- Ta keda mantene e regla di no tin contacto fisico cu otro persona;
- Mester bay cas mesora ora cu entrenamiento caba;

PA ENTRENADORAN (TRAINERS):

- Tur liñanan di guia cu ta stipula pa tur hende ta aplicable pa tur entrenador;
- Tur preparacion pa entrenamiento mester sosode na cas;
- Zorg pa no tin ningun otro persona presente cu excepcion di e atletanan;
- No ta laga ningun otro persona drenta e localidad di training;
- Mantene e cantidad maximo di atletanan cu ta palabra den e Plan di Entrenamento;
- Zorg pa un Lista di Presencia pa tur atleta;
- Zorg pa e atletanan keda den nan zona asigna pa train;
- Duna instruccion na e atletanan teniendo na cuenta e distancia di minimo di 1.5m
- Materialnan di entrenamiento mester wordo desinfecta prome y despues di training;
- No mag di haci ningun testnan unda cu tin contacto fisico;
- Trata di mantene e atleta den un grupo fiho;
- Zorg pa na cada training e box/materialnan di EHBO ta na un lugar y cu por haya esaki facil;
- Zorg y verifica cu e lugar di entrenamiento ta sigur y cu ta cumpli cu e reglanan di hygien (desinfecta y limpi);
- Entrenadornan mester ta na altura di e reglanan di e lugar di training.

PA MAYORNAN Y/OF E PERSONA RESPONSABEL PA E ATLETA:

- Informa e atleta ariba e medidanan vigente pa su propio seguridad y salud;
- Zorg pa e atleta tin tur informacion di su mayornan y/of e persona responsabel pa e atleta pa cualkier eventualidad;
- Si ta posibel trece e atleta na e localidad di training y no permitie bini cu bus;
- Zorg pa e atleta yega na e ora stipula pa training y alabes zorg pa busca e atleta na ora;
- Zorg pa e atleta ta 10 minuut prome na e localidad di training;
- Si e atleta tin e minimo malestar di curpa (salud) no lage asisti na training;
- Si den famia tin persona cu ta malo of cu a wordo detecta cu Covid19 no laga e atleta bini training;
- No por drenta paden di e localidad di training;
- No ta permiti publico durante e trainingnan;
- Ora di bin busca e atleta no keda hang out na e lugar pero bandona e sitio di biaha.



Volleyball

PROTOCOL COVID-19

BEACH VOLLEYBALL:

Pa e diciplina di beach volleyball, tur liñanan di guia /e reglanan y proceduranan en general ta aplicabel pa e atleta, e entrenador y e mayornan of e persona responsabel pa e atleta di beach volleyball.

- E localidad di Training mester ta un cancha/veld preferibel sera pa train e deporte di beach volleyball;
- E cancha/veld pa practica beach volleyball por ta ariba beach pero isola unda no tin aglomeracion di hende;
- E santo of plataforma di hunga ariba dje mester ta limpi, sigur y higienico;
- Mester tin un Lista di Presencia di tur atleta (dia, y orario);
- Cada atleta di beach tin cu haci uzo di nan propio material y balanan;
- Cada atleta di beach tin cu bini cu su propio "handsanitizer";
- Evita mishi fisico y cu materialnan di otro atletanan;
- Evita mishi cu e net di beach volleyball y cu e palonan;
- Minimo di atletanan mester ta presente ariba veld pa mantene e distancia di minimo 1.5m;

"Keep the ball flying"

*Sra. Filomena Daniel - Curiel
Presidente
Aruba Volleyball Association*

27 mei 2020