



Spelregels KBO-activiteiten in coronatijd vanaf 1 juni 2020

Algemeen binnenactiviteiten:

- De algemene regel is dat horeca en andere openbaar toegankelijke gebouwen vanaf 1 juni open mogen met een maximum van 30 personen per gebouw, medewerkers niet meegerekend.
- Bioscopen en theaters mogen open met een maximum van 30 personen per zaal, medewerkers niet meegerekend.
- Sommige gemeenten staan in grotere gebouwen ook een maximum van 30 personen per zaal toe.
- Uiteraard wordt overal anderhalve meter afstand gehouden, dus in kleinere zalen zullen veel minder mensen passen. Anderhalve meter afstand geldt ook voor de toiletten, de keuken, etc.
- Wijs mensen bij binnenkomst op de algemene basisregels, waaronder de regel dat mensen thuisblijven bij verkoudheidsklachten en/of koorts.

Algemeen buitenactiviteiten:

- Buiten wordt overal anderhalve meter afstand gehouden. Er geldt geen maximum groepsgrootte (dus ook niet op een terras).
- De algemene regel is dat drukte moet worden vermeden. Dat geldt dus ook in parken, pleinen, recreatiegebied, etc.
- Wijs mensen voorafgaand aan een buitenactiviteit op de algemene basisregels, waaronder de regel dat mensen thuisblijven bij verkoudheidsklachten en/of koorts.

Algemeen sport:

- Buitensporten mogen, binnen de algemene regels voor buitenactiviteiten.
- Binnen sporten mag (nog) niet. Dat geldt voor alle sporten, dus ook voor gym, yoga en biljaren. Denksport en kaarten wordt afgeraden.
- Sommige lokale overheden staan uitzonderingen toe, zie hieronder.
- Zwemmen mag binnen en buiten, maar alleen volgens een strikt protocol. Dat betekent vooral banenzwemmen; aqua joggen etc. is nog niet toegestaan.

Per activiteit:

Badminton	Als binnensport is badminton nog niet toegestaan. Buiten mag wel.
Biljarten	Biljarten is een binnensport en volgens de algemene regels nog niet toegestaan. Sommige gemeenten maken een uitzondering voor biljarten in horecagelegenheden. Informeer bij uw eigen gemeente.
Bingo	Toegestaan met inachtneming van de basisregels. Advies: laat slechts één persoon de materialen bedienen/aanraken.
Bordspelen	Een spel waarbij anderhalve meter afstand wordt gehouden tussen de deelnemers en alleen het eigen materiaal wordt aangeraakt (eigen dobbelsteen, bijvoorbeeld) is toegestaan. Maar zie ook de regels bij bridgen.

Bowlen	Als binnensport nog niet toegestaan.
Bridgen	Het advies is om dit niet te doen. De bridgebond geeft aan: In de richtlijnen wordt apart melding gemaakt van contactattributen. Deze moeten na ieder contact schoongemaakt worden. Een deel van deze richtlijn is voor bridge te realiseren door alle spelers hun eigen set speelmateriaal te geven (biddingboxen) en geen tafelborden te gebruiken. Voor speelkaarten is dit lastig. Het RIVM/Erasmus MC onderzoekt momenteel in welke mate speelkaarten het Covid-19-virus overdragen en in hoeverre het gebruik van plexiglas-schermen het mogelijk maakt aan de bestaande tafels te bridgen (de afstand tot elkaar aan tafel is dan geen 1,5 meter. Wij gaan er momenteel nog van uit dat het ongewenst is dat meerdere spelers met dezelfde set kaarten spelen.
Computerles	Toegestaan als de anderhalve meter gehandhaafd kan worden.
Dansen Volksdansen Linedance	Dansen als binnensport is niet toegestaan. De rijksoverheid komt op korte termijn met regels voor recreatief dansen (denk aan volksdansen op anderhalve meter). Tot die tijd wordt dansen binnen afgeraden. Buiten dansen is toegestaan met inachtneming van de basisregels.
Darten	Darten als binnensport is niet toegestaan. Sommige gemeenten maken een uitzondering voor darten in horecagelegenheden. Informeer bij uw eigen gemeente. Darten buiten kan wel.
Fietsen	Fietsen, ook in groepen, is toegestaan met inachtneming van de basisregels. Het is echter onverantwoord om met grote groepen fietsers op anderhalve meter afstand van elkaar de weg op te gaan. De NTFU (toerfietsunie) zegt daarover: Minimaal 1,5 meter afstand houden tot elkaar is met een grote groep niet uit te voeren. Zo ontstaat er een lang lint en wordt inhalen voor snellere verkeersdeelnemers (auto's, brommers, e-bikes, andere wielersporters) moeilijk, zeker als je ook afstand tot anderen moet bewaren. Ook wachten voor het rode licht en het oversteken van een (druk) kruispunt, kan problemen opleveren als je met een grote groep bent. Daarom adviseert NTFU wielersporters die graag samen willen fietsen, dit met niet meer dan vier personen samen te doen. Uiteraard kunnen grotere groepen wel in kleinere groepen worden verdeeld, met een aantal minuten verschil in vertrektijd.
Fitness	Fitness is een binnensport en nog niet toegestaan. Fitnessruimten zijn gesloten. Buiten fitness mag wel.
Geo-caching	Toegestaan met inachtneming van de basisregels.
Gezamenlijk eten	Toegestaan met inachtneming van de basisregels en de algemene regels voor activiteiten binnen/buiten. Let op het houden van anderhalve meter afstand in kleine keukentjes. Het maximum van 30 personen per gebouw/zaal is exclusief personeel. Gasten in horecagelegenheden moeten reserveren (maar dat mag ook bij de deur). Tijdens het opnemen en uitserveren mag de bediening binnen anderhalve meter komen, maar beter is om een systeem te bedenken waarin dat niet nodig is. Gelet op onze meer kwetsbare deelnemers én vrijwilligers is het van groot belang de basisregels strikt te volgen.

Gymnastiek	Gymnastiek is een binnensport en nog niet toegestaan. Sommige gemeenten maken een uitzondering voor specifieke doelgroepen of locaties. Vraag na bij uw eigen gemeente. Er zijn veel online-mogelijkheden om thuis oefeningen te doen.
Inloopmiddag	Gezamenlijk koffie drinken is toegestaan, binnen en buiten, met inachtneming van de basisregels. Zie ook onder gezamenlijk eten. Spelletjes doen kan alleen op anderhalve meter afstand en als geen gebruik wordt gemaakt van dezelfde materialen. Andere activiteiten conform de algemene regels.
Jeu de boules	Toegestaan met inachtneming van de basisregels. Het protocol verantwoord sporten zegt over het gebruik van materialen: gebruik zoveel mogelijk eigen materialen. Als er gedeelde materialen gebruikt worden, rouleer deze niet en reinig de materialen direct na gebruik met water en zeep of reinigingsdoekjes.
Kaarten maken	Toegestaan met inachtneming van de basisregels. Gebruik zoveel mogelijk eigen materialen.
Kaarten	Zie onder bridge. Een kaartspel waarbij anderhalve meter afstand wordt gehouden tussen de spelers en alleen de eigen kaarten worden aangeraakt is eventueel mogelijk. Er zijn veel online-mogelijkheden om samen te kaarten.
Kegelen	Kegelen is een binnensport en nog niet toegestaan. Buiten kegelen mag wel. Zie onder jeu de boules voor het gebruik van materialen.
Koersbal	Koersbal is een binnensport en nog niet toegestaan. Buiten koersbal spelen mag wel. Zie onder jeu de boules voor het gebruik van materialen.
Kookcursus	In principe is een kookcursus toegestaan, met inachtneming van de basisregels. Het lijkt lastig die te handhaven in een keuken en met gezamenlijk gebruik van keukenapparatuur. Een online-kookcursus lijkt dan een betere optie.
Kunstkring	Bespreken van kunst, bijvoorbeeld aan de hand van beeldmateriaal, is toegestaan met inachtneming van de basisregels.
Leeskring	Samenkomst tot 30 personen in een openbare gelegenheid is toegestaan, met inachtneming van de basisregels. Bij samenkomst bij iemand thuis wordt geadviseerd steeds anderhalve meter afstand te houden. Dat geeft dus een beperking aan het aantal deelnemers (binnen en buiten)
Midgetgolf	Midgetgolf is een buitensport en toegestaan met inachtneming van de basisregels. Uiteraard afhankelijk van de regels van de exploitant van de golfbaan.
Museumbezoek	Museumbezoek, met reservering, is beperkt toegestaan.
Muziek maken	Muziek maken in de buitenlucht met inachtneming van de basisregels is toegestaan, maar voorlopig niet zingen of blaasinstrumenten gebruiken. Voor binnen muziek maken volgen nog regels van de rijksoverheid. Op dit moment wordt er onderzoek gedaan naar het risico op verspreiding van het virus bij zangers en blazers. Er is geen versoepeling voorzien voor zangkoren en blaasensembles tot het moment dat er meer duidelijkheid is over het besmettingsgevaar.
Pilates	Dit valt onder binnensporten en is nog niet toegestaan.

Schaken	Het advies van de rijksoverheid is om dit niet te doen. Veel 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.
Schilderen	Toegestaan met inachtneming van de basisregels (binnen en buiten).
Scootmobiel-tocht	Toegestaan met inachtneming van de basisregels. Zie ook onder fietsen.
Sjoelen	Toegestaan met inachtneming van de basisregels, maar beperk het aanraken van elkaars stukken en maak materialen tussentijds schoon.
Tai-Chi	Dit valt onder binnensporten en is nog niet toegestaan.
Tekenen	Toegestaan met inachtneming van de basisregels (binnen en buiten).
Toneelspelen	Toegestaan met inachtneming van de basisregels. Ook voor spelers geldt dat ze anderhalve meter afstand moeten houden.
Vergaderen	Toegestaan met inachtneming van de basisregels. In de thuissituatie geldt geen maximum aantal deelnemers maar wordt wel geadviseerd om anderhalve meter afstand te houden. Vergaderen kan ook goed online.
Wandelen Nordic wandelen	Toegestaan met inachtneming van de basisregels. Let op anderhalve meter afstand houden en beperk de groepsgrootte. Het algemene advies is om drukke gebieden te mijden.
Wandelvoetbal	Buitensporten zijn toegestaan met inachtneming van de basisregels. Houdt afstand tijdens het spelen.
Yoga	Dit valt onder binnensporten en is nog niet toegestaan. Activiteiten zonder fysieke inspanning, zoals massage, kunnen één op één plaatsvinden binnen de regels voor contactberoepen. Als bewegen onderdeel is van een (para)medische behandeling, zoals bij yogatherapie, dan gelden de regels voor (para)medische contactberoepen.
Zingen	Nee, zingen is niet toegestaan. Op dit moment wordt er onderzoek gedaan naar de risico's van verspreiding van het virus bij zangers en blazers. Er is geen versoepeling voorzien voor zangkoren en blaasensembles tot het moment dat er meer duidelijkheid is over het besmettingsgevaar.
Zwemmen	Zwemmen mag binnen en buiten, maar alleen volgens een strikt protocol. Dat betekent vooral banenzwemmen; aquajogging is bijvoorbeeld nog niet toegestaan. Volg de aanwijzingen van het zwembad strikt op.

1 juni 2020