



Protocol-gedragsregels trainingsdagen

Seizoen: 2023-2024

Versie: 1.0

Protocol gedragsregels trainingsdagen

Materiaal

1. **trainingsmateriaal Cady** → er zijn trainingsmaterialen in het Cady materiaal-ballenhok (MBH). Deze mogen alleen door de trainers van Cady gebruikt worden. Na gebruik dienen ze weer teruggeplaatst te worden in het MBH.
2. **trainingsmateriaal Lijster** → materialen uit het materiaalhok van de sporthal mogen gebruikt worden tijdens de training maar moeten direct na de training weer teruggeplaatst worden.
3. **ballen** → alleen de trainer en een van tevoren aangewezen speler (meestal de aanvoerder) zijn bevoegd om de kliko's met ballen uit het MBH te halen. Coach en spelers plaatsen na de training de ballen weer in de kliko's. Als deze ballen niet meer gebruikt worden dan zet de trainer/aanvoerder de kliko terug in het MBH.

Trainingsdagen

1. **baskets** → De zaalbeheerders sportief Capelle hangen de baskets uit.
2. **aanvang training** → Het team dat gaat trainen mag pas het veld op als het tijd is. Als er dus nog teams aan het trainen zijn, dan moet er gewacht worden tot deze klaar zijn met de training. Teams stoppen 1 tot 2 minuten voor het officiële tijdstip met trainen zodat het volgende team op tijd kan beginnen. De klok in de hal is hiertoe leidend.
3. **sportschoenen** → Alleen met **niet-op-straat gedragen** sportschoenen mogen de speelvelden worden betreden.
4. **openen deur kantine** → Alleen de trainer mag de sleutel uit het kluisje halen en de deur naar de kantine openen. De sleutel doe je na openen weer terug in het kluisje. De sleutel van de deur naar het MBH ligt onder de kassa in een Mok. Leg de sleutel weer terug na de deur geopend te hebben.
5. **laatste in de kantine sluit af** → De trainer die het laatst in de kantine is sluit af.
 - controleer het MBH (controleer of alle kliko's er staan (6)
 - sluit het MBH af
 - doe het licht uit en sluit daarna de kantine af.
 - plaats de sleutel van de kantine terug in het kluisje.



Protocol-gedragsregels trainingsdagen

Seizoen: 2023-2024

Versie: 1.0

6. **kleedkamers** → Beschikbare kleedkamers
 - Op maandag, dinsdag, woensdag en donderdag zijn de kleedkamers 1 en 2 open voor de heren en kleedkamer 3 voor de dames.
 - Op vrijdag zijn de kleedkamers 1 en 2 open voor de heren

7. **Na de training** → Trainers en aanvoerders checken na afloop van de eigen trainingen of alle ballen in de betreffende bak zijn opgeruimd. Alle ballen die niet meer gebruikt worden, moeten in het MBH gezet worden. Check het materialenhok van de Lijster of daar ballen liggen en berg de pionnen en andere materialen ook op. Coach legt de gedeelde verantwoordelijkheid, bij je spelers neer, als coach ben je eindverantwoordelijk.

8. **Douchen na de training** → Na de training heb je **20 minuten** om te douchen. Op dinsdag en donderdag is dat dus 23.20 uur en op vrijdag is dat 20.50 uur.

9. **Schoonhouden sporthal en kleedkamers** → Afval opruimen, schoon achterlaten velden en kleedkamers. Kleedkamers moeten “schoon” achtergelaten worden. Alle flesjes en ander afval laten opruimen in de daarvoor bestemde afvalbak.

10. **Laatste teams die trainen** → het laatste team dat traint, met name als een andere sport zich aandient in de Lijster, moet op tijd stoppen (**5 minuten eerder**) en ervoor zorgen dat het veld is opgeruimd voor de volgende sport zodat die op tijd kan beginnen.