



Algemeen protocol verantwoord sporten

DISCLAIMER: DIT PROTOCOL IS NOG IN ONTWIKKELING EN IS GEBASEERD OP DE KENNIS VAN NU. DE KOMENDE DAGEN KUNNEN NOG AANPASSINGEN VOLGEN (OP BASIS VAN AANWIJZINGSBRIEF RIJKSOVERHEID EN DE DAARUIT VOLGENDE NOODVERORDENINGEN). VERSIE 31-07-2020

Situatie per 1 juli

Per 1 juli is er een volgende stap vooruit gezet in de corona-aanpak. De Rijksoverheid heeft aangegeven dat we van een 'intelligente lockdown' naar 'ruimte met regels' gaan, met algemene regels voor binnen en buiten. Die blijven nodig, want het coronavirus is zeker niet verdwenen.

De volgende basisregels zijn nog steeds van kracht:

- heeft u klachten: blijf thuis en laat u zo snel mogelijk testen;
- ben je 18 jaar en ouder: houd 1,5 meter afstand van anderen;
- was vaak uw handen;
- werk zoveel mogelijk thuis;
- vermijd drukke plekken en reis zoveel mogelijk buiten de spits.

Deze basisregels en alle andere algemene uitwerkingen zijn [hier](#) te vinden. Specifiek voor sport vind je ze [hier](#). De regel is dat iedereen 1,5 meter afstand houdt. Maar voor de sportsector is een uitzondering gemaakt om in de sport en spelsituaties waar dit niet mogelijk is de 1,5 meter afstand tijdelijk los te laten.

Eén van de belangrijke adviezen om de verspreiding van het nieuwe coronavirus te voorkomen is om de hygiënerichtlijnen te volgen. Het RIVM heeft [hier](#) uitleg en adviezen voor opgesteld.

Doel en status van dit protocol

Met dit protocol willen we alle uitvoerende partijen in de sportsector richting geven hoe te handelen, uitgaande van de basisregels van de Rijksoverheid en binnen de hygiënerichtlijnen van het RIVM.



Degene die de sportactiviteiten organiseert en begeleidt heeft de verantwoordelijkheid voor de sportactiviteiten zelf en zorgt ervoor dat de deelnemers binnen de geldende kaders kunnen sporten.

De gemeente kan in overleg met de sportaanbieders aanvullende afspraken maken over hoe de eerste lijn van handhaving op sportaccommodaties vorm en inhoud moet krijgen. De bestuurlijke handhaving die voortvloeit uit de noodverordening ligt in handen van het lokaal gezag, maar voorkomen moet worden dat dit gezag daadwerkelijk moet optreden. Een gezamenlijk optrekken in organisatie en handhaving van maatregelen heeft de voorkeur, zodat er veilig kan worden gesport zonder gezondheidsrisico's.

NOC*NSF heeft een lijst met veelgestelde vragen opgesteld over het sportprotocol en corona. Heb je een vraag en kun je het antwoord niet vinden? Neem dan contact op met je gemeente of de supportdesk van NOC*NSF (sportsupport@nocnsf.nl)

Dit document wordt indien relevant geactualiseerd.

Op nocnsf.nl/sportprotocol vind je altijd de meest actuele versie van het sportprotocol.



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;

Hoe kun je de sport ook op een sociaal veilige manier aanbieden

Om sportverenigingen op weg te helpen, hebben we [hier](#) een aantal tips geformuleerd om sport ook in deze tijd ook op een sociaal veilige manier aan te bieden.



Voor sportaanbieders, bestuursleden, beheerders van sportaccommodaties/openbare ruimtes en evenementenorganisatoren

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- neem de gebruikelijke veiligheids- en hygiëneregels voor iedereen in acht, zie pagina 2;
- alle sportaccommodaties kunnen opengesteld worden. Neem bij twijfel contact op met de gemeente om afspraken te maken;
- stel voor de sportlocatie of openbare ruimte een verantwoordelijke aan die aanspreekpunt is voor de locatie en voor de gemeente;
- stel ook corona-coördinatoren aan (dit kan bv. een gastvrouw/heer of trainer zijn) waarvan er altijd één herkenbaar aanwezig is (bijvoorbeeld met hesje) of maak via communicatie (bijv. posters) duidelijk hoe die te bereiken is. Waar relevant voor sportparken werk als sportclubs zoveel mogelijk met elkaar samen;
- maak voor de sportlocatie waar geen beheerder aanwezig is, goede afspraken met de gebruikersgroepen. De gebruiker wijst een coördinator/contactpersoon aan;
- zorg dat de coördinatoren voldoende afstand kunnen houden tot sporters en bezoekers of tref daarvoor maatregelen;
- zorg dat altijd EHBO-materialen en een AED beschikbaar zijn en dat deze niet achter slot en grendel zitten;
- alle kleedkamers en douches van sportaccommodaties kunnen opengesteld worden. Voor 18 en ouder geldt, houd hierbij de 1,5 meter afstand;
- instrueer trainers/instructeurs over de wijze waarop ze op een verantwoorde en veilige manier sportaanbod kunnen uitvoeren;
- wedstrijden, toernooien en evenementen zijn toegestaan, zowel binnen als buiten. Hierbij mag publiek aanwezig zijn. Daarbij geldt dat toeschouwers 1,5 meter afstand tot elkaar moeten houden;
- voor toeschouwers gelden maximum aantallen, houd er rekening mee dat als sporters, officials en betrokken vrijwilligers klaar zijn met hun wedstrijd zij tellen als publiek, tenzij ze de locatie verlaten;



- voor binnen gelden maximum aantallen van 100 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, wel placeren (tenzij er sprake is van doorstroming van de toeschouwers);
- indien je op piekmomenten meer dan 100 toeschouwers verwacht, **is het verplicht voor bezoekers om vooraf te reserveren**. Doe de gezondheidscheck en placeer de hele dag vanaf het moment van de opening van de accommodatie. Voor placeren geldt dat óf een vaste stoel wordt toegewezen óf een plek in de afgebakende vakken voor staanplaatsen;
- voor buiten gelden maximum aantallen van 250 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, zonder placering;
- indien je op piekmomenten meer dan 250 toeschouwers verwacht, **is het verplicht voor bezoekers om vooraf te reserveren**. Doe de gezondheidscheck en placeer de hele dag vanaf het moment van de opening van de accommodatie. Voor placeren geldt dat óf een vaste stoel wordt toegewezen óf een plek in de afgebakende vakken voor staanplaatsen;
- het aantal toeschouwers is exclusief kaderleden, officials, vrijwilligers en medewerkers (en sporters);
- zorg hierin ook voor het voldoen aan dosering en routing, hygiëne en ventilatie voorschriften, en dat iedereen in het publiek vanaf 18 jaar en ouder 1,5 meter afstand kan houden;
- geadviseerd wordt het aantrekken van toeschouwers beperkt te houden;
- voor sportevenementen in brede zin (accommodaties en openbare ruimte) geldt: houd rekening met aantallen sporters (>100 binnen en >250 buiten) dus registratie van deelname (reservering), gezondheidscheck en stromen van sporters en toeschouwers;
- deze aantallen kunnen gelden per wedstrijdlocatie (parcours, sectoren, sportveld, zaal etc.), in geval er sprake is van meerdere speelvelden of wedstrijdlocaties op een accommodatie. Is er sprake van meerdere groepen toeschouwers, houd dan op de accommodatie deze groepen gescheiden en vermeng deze niet meer elkaar bijv. in de sportkantine;
- voor alle sporten geldt dat het aantal sporters en begeleiders per sportactiviteit niet groter is dan noodzakelijk voor de sportactiviteit (training, oefenwedstrijd, wedstrijd);
- richt de sportlocatie zo in en/of breng markeringen aan om te zorgen dat officials, vrijwilligers en sporters die moeten wachten voor een sportactiviteit de 1,5 meter afstand van elkaar kunnen houden;
- denk na over de maximale aantallen personen die passen per ruimte, zodat sporters en toeschouwers de 1,5 meter afstand kunnen houden. Doe dit voor ruimtes zoals kleedkamers en sportkantine en maak dat zichtbaar, bijv. op de deur van een kleedkamer;
- communiceer de regels van je sportlocatie met je trainers, sporters, vrijwilligers, medewerkers en ouders via de eigen communicatiemiddelen. En controleer of ze zichtbaar aanwezig zijn op de sportlocatie;



- zorg dat in en op de sportlocatie een duidelijke routing (aanrijdroute, naar en bij sportactiviteiten, sportkantine, terras, zitplaatsen, toiletten, tribune enz.) zichtbaar is, zodat personen de 1,5 meter onderlinge afstand kunnen houden;
- sportkantines, terrassen en zelfstandige restaurants op sportlocaties zijn open. De rijksoverheid heeft hiervoor regels, [zie](#). Daarnaast is er door de sport ook een checklist opgesteld voor een soepele opening, [zie](#). Denk hierbij ook aan de [protocollen van de KHN](#) (koninklijke horeca Nederland);
- op buitenterassen bij sportkantines is placering altijd verplicht;
- na afloop van een wedstrijd/evenement kunnen toeschouwers en sporters blijven, indien buiten het veld, in de sportkantines en kleedruimtes de 1,5 meter gewaarborgd kan worden. Sporters die zijn uitgesport, worden hiertoe op een juiste manier begeleid (bijvoorbeeld bewegwijzering, routing of vrijwilligers);
- zorg dat alle de regels van de rijksoverheid en de richtlijnen uit het KHN protocol duidelijk en zichtbaar zijn en instrueer medewerkers én vrijwilligers die in sportkantines werkzaam zijn goed over de inhoud van dit protocol;
- zorg waar nodig voor voldoende persoonlijke hygiënemiddelen en schoonmaakmiddelen voor materialen (water, zeep en voldoende papieren handdoekjes);
- spreek als beheerder/exploitant van een multisport locatie of gymzaal een planning af met de gebruikers. En spreek dezelfde toegangsregels af met alle sportaanbieders op de locatie;
- maak als sportaanbieder met de beheerder afspraken over hygiëne. Zorg dat de gehele sportlocatie goed schoongemaakt wordt na iedere werkdag. Denk hierbij aan toiletruimtes en de overige algemene ruimtes en gangen;
- zorg voor hygiëne van sportmaterialen en reinig deze na elke trainingsactiviteit/wedstrijd;
- maak ook handcontactpunten zoals deurklinken, pinautomaten, touchscreens (waarmee sporters en personeel wel in aanraking komen) meerdere keren per dag schoon;
- geef vrijwilligers, medewerkers en/of trainers een uitgebreide instructie over de wijze waarop het protocol in de diverse ruimtes van de sportlocatie moet worden uitgevoerd en wat de afspraken met eventuele andere sportaanbieders hierover zijn;
- sporters kunnen worden geweigerd of naar huis worden gestuurd tijdens de training bij (vermoeden) van klachten, zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, of koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak;



- indien bij een sporter/kaderlid/scheidsrechter Covid-19 wordt vastgesteld, zijn er richtlijnen vanuit de overheid die kunnen worden gehanteerd. De GGD doet bron- en contactonderzoek om de verspreiding van het coronavirus te voorkomen. Lees de [veelgestelde vragen hierover](#). Meer informatie over het overheidsbeleid van contacten (huisgenoten, overige nauwe contacten en overige (niet nauwe) contacten) vind je [hier](#);
- voor binnensportaccommodaties is goed ventileren van belang. Controleer op juiste werking van aanwezig ventilatiesystemen en zorg ervoor dat voldoende wordt geventileerd. Aanpassingen van instellingen zijn niet nodig. De geldende richtlijnen en onderhoudsinstructies kunnen worden gevolgd;
- in het geval er enkel natuurlijk geventileerd kan worden (door ramen en deuren open te zetten) zorg er dan voor dat dit in ruime mate kan gebeuren. Raadpleeg bij twijfel of dit mogelijk is gespecialiseerde experts of neem contact op met de gemeente;

Aanvulling voor de zogenaamde horecasporten:

Tijdens horecasporten komen in veel gevallen de horecaprotocolen en sportprotocollen bij elkaar. In enkele gevallen kunnen die protocollen conflicteren. Hieronder staat een richtlijn hoe om te gaan met dergelijke situaties, opgesteld aan de hand van de basisregels voor binnen en de, uitzonderingen voor binnensport en de regels voor horeca. Deze richtlijn is van toepassing op:

1. Sportactiviteiten in horeca (bv. een café waar ook gedart wordt)
 2. Horecasporten in sportkantines (bv. een voetbalkantine waar ook gebiljart wordt)
 3. Accommodaties speciaal voor horecasport (bv. een biljartclub)
- het is zaak te bekijken wat de hoofdactiviteit van een accommodatie is. Het protocol dat daarbij hoort is leidend. Voor 1 en 2 is dat het horecaprotocol, voor 3 is dat het sportprotocol;
 - ongeacht de accommodatie dient tijdens de sportbeoefening waar mogelijk 1,5 meter afstand worden gehouden. Voor de meeste horecasporten is dat geen probleem;
 - indien in de accommodatie het horecaprotocol leidend is (situatie 1 en 2), moet de persoon een zitplaats hebben, maar mag tijdens de sportuitoefening staan en moet zoveel mogelijk (bij wedstrijden) 1,5 meter afstand worden gehouden;
 - indien in de accommodatie het sportprotocol leidend is (situatie 3) dan kan er gesport worden binnen 1,5 meter. In geval van meer dan 100 personen is placering, gezondheidscheck en reservering nodig. Respecteer en houd hierin rekening met kwetsbare- en risicogroepen en gebruik je gezond verstand;
 - bij twijfel bepaalt het lokaal gezag (gemeente) of het horeca- of binnensportprotocol leidend is.



Voor trainers, begeleiders en vrijwilligers

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen in acht, [zie pagina 2](#);
- trainers, begeleiders en vrijwilligers dienen zelf hun risico te analyseren of zij zich op buiten en/of in de sportlocatie in groepen met anderen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts, de bedrijfsarts of je behandelend arts;
- vermijd als trainer/begeleider en vrijwilliger geforceerd stemgebruik zoals schreeuwen;
- wijs sporters op het belang van handen wassen en schud geen handen en geef geen highfives;
- tijdens het sporten dient waar mogelijk 1,5 meter afstand te worden gehouden, maar als dat een normale sportbeoefening in de weg staat mag de 1,5 meter afstand tijdelijk losgelaten worden;
- voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamers en in de kantines;
- houd 1,5 meter afstand met sporters van 13 jaar en ouder tenzij noodzakelijk voor (veilige) beoefening/begeleiding van de sport;
- trainers hoeven geen 1,5 meter afstand te houden tot sporters tot en met 12 jaar;
- zorg ervoor dat sporters buiten de normale en noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebben zoals tijdens het vieren van een overwinningsmomenten of tijdens een wissel;
- voor alle sporten geldt dat het aantal sporters en begeleiders per sportactiviteit niet groter is dan noodzakelijk voor de sportactiviteit (training, oefenwedstrijd, wedstrijd);
- daarnaast wordt geadviseerd om de samenstelling zo vast mogelijk te houden. Train zo veel mogelijk in vaste groepen of met je vaste trainingspartner;
- help de sporters om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;



- laat sporters gefaseerd het sportveld betreden en verlaten;
- laat sporters van 18 jaar en ouder sporters tijdens inlopen en warming-ups de 1,5 meter afstand houden;
- zorg voor 1,5 meter afstand tussen de trainers/begeleiders/vrijwilligers en wisselers onderling, ook in de dug-out.



Voor sporters

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodwet is aangepast en van kracht is;
- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen; Als je positief getest bent en/of als je een huisgenoot of een nauw contact bent van een bewezen COVID-19-patiënt blijf dan ook thuis. Neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels in acht, [zie pagina 2](#);
- sporters dienen zelf hun (gezondheids)risico te analyseren of zij zich op buiten en/of in de sportlocatie in groepen met anderen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts, de bedrijfsarts of je behandelend arts;
- tijdens het sporten dient waar mogelijk 1,5 meter afstand te worden gehouden, maar als dat een normale sportbeoefening in de weg staat mag de 1,5 meter afstand tijdelijk losgelaten worden;
- houd er als sporters rekening mee dat wanneer de wedstrijd/training klaar is, de sporter meetelt als publiek en 1,5 meter afstand dan moet aanhouden: tenzij je direct de locatie verlaat;
- voorafgaand, tijdens de rustmomenten en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 jaar en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamers en in de kantines;
- zorg ervoor dat je buiten de noodzakelijke sport gerelateerde contactmomenten geen fysiek contact hebt zoals bij het vieren van een overwinnings-moment en tijdens een wissel;
- **vanaf 13 jaar:** draag een mondkapje wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden;
- alle kleedkamers en douches van binnensport locaties kunnen per 1 juli opengesteld worden. Voor 18 jaar en ouder geldt hierbij de 1,5 meter afstand;
- volg altijd de aanwijzingen zoals looproutes en instructies van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, buurtsportcoaches en bestuursleden;
- blijf zoveel mogelijk bij je trainingsgroep indien er meerdere trainingsgroepen op de sportlocatie actief zijn;
- gebruik zoveel mogelijk eigen materialen. Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen met water en zeep of reinigingsdoekjes;



- geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan;
- voor aanvang van de sportactiviteit kan er afhankelijk van de sportlocatie en hoeveelheid personen voor een gezondheidscheck een aantal vragen (over uw kind) worden gesteld, zie hier een overzicht van de [vragen](#).



Voor ouders/verzorgers en toeschouwers

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodwet is aangepast en van kracht is;
- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen; Neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels in acht, [zie pagina 2](#);
- informeer je kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiding opvolgen;
- houd bij 18 jaar en ouder 1,5 meter afstand op en in de sportlocatie, de tribune, in de kantine etc.;
- voor binnen gelden maximum aantallen van 100 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, wel placeren (tenzij er sprake is van doorstroming van de toeschouwers);
- indien je op piekmomenten meer dan 100 toeschouwers verwacht, **is het verplicht voor bezoekers om vooraf te reserveren**. Doe de gezondheidscheck en placeer de hele dag vanaf het moment van de opening van de accommodatie. Voor placeren geldt dat óf een vaste stoel wordt toegewezen óf een plek in de afgebakende vakken voor staanplaatsen;
- voor buiten gelden maximum aantallen van 250 toeschouwers zonder reservering en gezondheidscheck, zonder placering;
- indien je op piekmomenten meer dan 250 toeschouwers verwacht, **is het verplicht voor bezoekers om vooraf te reserveren**. Doe de gezondheidscheck en placeer de hele dag vanaf het moment van de opening van de accommodatie. Voor placeren geldt dat óf een vaste stoel wordt toegewezen óf een plek in de afgebakende vakken voor staanplaatsen;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, begeleiders en bestuursleden;
- voor aanvang van de sportactiviteit kan er voor een gezondheidscheck een aantal vragen over uw kind worden gesteld, zie hier een overzicht van de vragen;
- geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan;
- **draag een mondkapje vanaf 13 jaar** en ouder wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden.



Voor gemeenten

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodwet is aangepast en van kracht is;
- lees de handreiking voor binnensportaccommodaties van VSG, (deze wordt regelmatig geactualiseerd);
- wees voorbereid op vragen van beheerders en eigenaren van sportaccommodaties over de ventilatie. Het advies is hierin de richtlijnen van het RIVM te volgen;
- informeer alle sportclubs in jouw gemeente over de versoepelde maatregelen. Dit betekent het aanschrijven van binnensport- en buitensportaanbieders, sportondernemers en andere organisaties die sportactiviteiten aanbieden;
- maak indien nodig aanvullende afspraken met sportaanbieders/exploitanten over het openstellen van sportaccommodaties op het moment dat er twijfel is of bepaalde sportaccommodaties kunnen voldoen aan de richtlijnen en protocollen;
- denk na over hoe je de beschikbare ruimte optimaal kan benutten. Hoe kunnen zoveel mogelijk mensen verantwoord sporten en bewegen in de buitenruimte en op/in de sportlocatie. Maak ruimte voor kwetsbare groepen en aangepaste sporten;
- bespreek met sportaanbieders/beheerders/exploitanten hoe je de toestroom en deelname rond kan reguleren en in de sportlocatie. Maak desgewenst afspraken over het gebruik en laat bezettingsschema's opstellen, zodat de sportlocatie niet 'te druk' wordt en onnodige vervoersbewegingen uitblijven;
- inventariseer welke plannen er voor sportactiviteiten bij de aanbieders zijn. Maak daarbij onderscheid tussen de doelgroepen jeugd tot 18 jaar en 18 jaar en ouder;
- maak duidelijk kenbaar aan sportaanbieders/exploitanten over hoe de gemeente gaat handhaven op naleving van de richtlijnen en protocollen. Bespreek ook de mogelijke sancties bij herhaaldelijk overtreden van regels en situaties van extreme drukte;
- zie toe op het opstellen van duidelijke afspraken door de eigenaren/exploitanten van (binnensport) sportlocaties over de verantwoordelijkheden en de inzet van beheerder, medewerkers, vrijwilligers en coronaverantwoordelijken van sportaanbieders in en op de sportlocaties;
- creëer een mogelijkheid (helpdesk, website, vragenuur) voor beantwoording van vragen van sportaanbieders en exploitanten.

NOC*NSF heeft een lijst met [veelgestelde vragen](#) opgesteld over het sportprotocol en corona. Heb je een vraag en kun je het antwoord niet vinden? Neem dan contact op met je gemeente of de supportdesk van NOC*NSF (sportsupport@nocnsf.nl)