



Beste speler, ouder, trainer, begeleider, sympathisant,

We willen u informeren i.v.m. de trainingen en/of wedstrijden van het nieuwe jaar 2021, meer specifiek voor de maanden januari en februari 2021.

Momenteel zijn onderstaande “Voetbal Vlaanderen” regels van toepassing en dienen te worden gevolgd:

#### Communicatie van Voetbal Vlaanderen:

- het jeugdvoetbal in alle leeftijdscategorieën, zowel IP, Provinciaal als Gewestelijk, hervat in het **weekend van 06-02-2021 en eindigt op 29-05-2021**. Om de verplaatsingen tot een minimum te beperken wordt er zoveel mogelijk in reeksen van 6 gespeeld en werden de niveaucodes toegepast voor enerzijds teams 1 en 2, en anderzijds teams 2 en 3. In de reeksen van 6 zal men 3 x tegen elkaar spelen. In uitzonderlijke gevallen zullen er nog reeksen van 7 of 8 zijn waar men 2 x tegen elkaar speelt.
- **Geen groepstrainingen voor bovenbouw** ploegen t.e.m. **15 januari 2021**.
- Trainen kan voor personen **vanaf 13 jaar** indien ze zich houden aan strikte voorwaarden:
  - o Outdoor sportlessen en -trainingen **met maximum vier personen** zijn toegestaan als ze georganiseerd zijn door een club of vereniging.
  - o Eén van die vier personen is altijd een meerderjarige trainer of begeleider.

In overleg met de clubarts, Dr. Rik De Kinderen (Huisarts-Sportarts, dokter Paul Janssenlaan 7 bus 13, 2300 Turnhout), hebben we onderstaande KFCT regels opgesteld.

#### Onderwerpen:

1. Inplannen van oefenwedstrijden onder- en middenbouw ploegen KFCT
2. Heropstart trainingen bovenbouw ploegen en groepjes van 4 spelers

#### Onderwerp 1 Inplannen van oefenwedstrijden onder- en middenbouw ploegen KFCT

Oefenwedstrijden onder- en middenbouw ploegen tegen andere teams is mogelijk mits onderstaande regels in acht te nemen:

- **Organisatie**
  - o Zoveel mogelijk gebruik maken van het Leemshoeve complex (grote en open ruimte). Zoveel als mogelijk **thuiswedstrijden**.
  - o Spelen tegen ploegen in een **straal van max. 20 kilometer**, dit geldt voor **uitwedstrijden**.
  - o Als een tegenstander (meer dan 20 kilometer ver) toch naar de Leemshoeve wil komen is dat mogelijk.
  - o Er worden geen wafels en/of drankjes uitgedeeld na de wedstrijd.
- **Infrastructuur**
  - o Er worden **geen ruimtes** geopend voor het ontvangen van spelersgroepen.
  - o **Kleedkamers** blijven gesloten.



- Spelers die een wedstrijd spelen dragen geen mondmasker, **alle andere personen** op en naast het veld dragen een **mondmasker**. (incl. trainers/begeleiders)
- Alle niet-voetballers en niet-trainers/begeleiders blijven achter de omheining.
- **Vervoer**
  - Verplaatsingen beperken we tot max. 20 kilometer
  - Elke speler zorgt voor individueel vervoer, als dat niet mogelijk is dan is een mondmasker verplicht
- **Sportief**
  - Het zijn **oefenwedstrijden!** Geen Champions League!
  - Zorg voor **reservemateriaal**
  - Iedereen brengt zijn persoonlijke **drinkbus** mee!

## Onderwerp 2 Heropstart trainingen bovenbouw ploegen en groepjes van 4 spelers

Vanaf 4 januari 2021 herstarten de trainingen van de bovenbouw ploegen in een light regime nl. trainen in groepjes van 4 spelers.

### Waarom?

- We willen de spelers terug “voetbal aanbieden”.
- Spelers terug een **5 weken lange voorbereiding** op de 2<sup>de</sup> ronde laten doorlopen.
- Er voor zorgen dat de **blessurelast miniem** blijft.

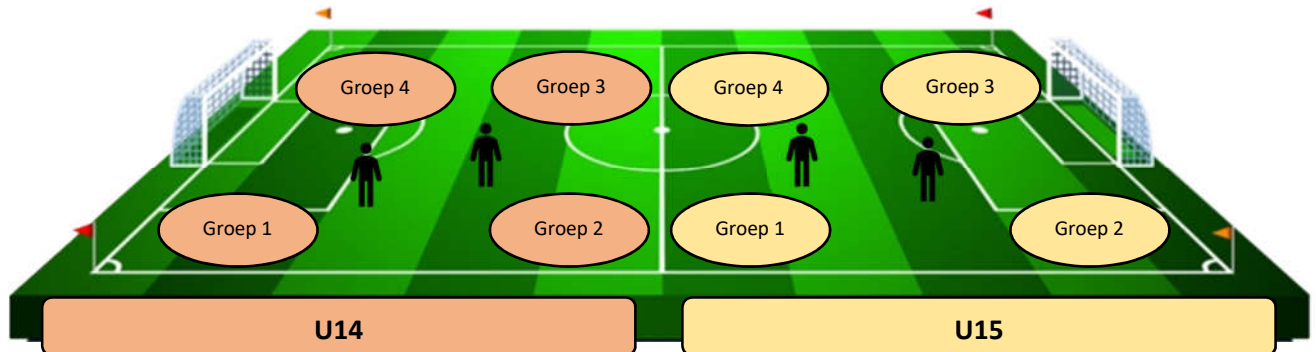
### Hoe gaan we dit uitvoeren?

- **Organisatie**
  - Er worden vaste **groepjes van 4 spelers** gemaakt bij aanvang van de training (vóór de training). Dit viertal traint constant samen gedurende het light regime. (dus de komende 2 weken tot 15-01-21).
  - Omdat we zoveel mogelijk willen **spreiden** zal er een aangepast planning gelden, zie onderaan deze communicatie.

Dag/datum	MA	DI	WO	Do	VR	ZA	ZO
<b>Ploeg</b>	<b>4-1-21</b>	<b>5-1-21</b>	<b>6-1-21</b>	<b>7-1-21</b>	<b>8-1-21</b>	<b>9-1-21</b>	<b>10-1-21</b>
14IP				19:30h	19:30h	Loopopdracht	vrij
15IP	19:30h		16:00h				
15G		19:30h		19:30h			
16IP	19:30h		19:30h				
17IP		19:30h	19:30h				
<b>Ploeg</b>	<b>11-1-21</b>	<b>12-1-21</b>	<b>13-1-21</b>	<b>14-1-21</b>	<b>15-1-21</b>	<b>16-1-21</b>	<b>12-1-21</b>
14IP				19:30h		Loopopdracht	vrij
15IP	19:30h		16:00h				
15G		19:30h		19:30h			
16IP	19:30h		19:30h				
17IP		19:30h	19:30h				



- **Veldindeling**



- **Voorbeeld:**

- Ploeg U14
  - Groep 1: bevat 4 spelers
  - Groep 2: bevat 4 spelers
  - Groep 3: bevat 4 spelers
  - Groep 4: bevat 4 spelers
- Ploeg U15
  - Groep 1: bevat 4 spelers
  - Groep 2: bevat 4 spelers
  - Groep 3: bevat 4 spelers
  - Groep 4: bevat 4 spelers

Trainer(s) positioneert zich centraal op het veld

Als er teveel spelers zijn zal de 5<sup>de</sup> groep een looptraining (duurtraining) moeten uitvoeren.

- **Doelmannen:**

- Deze starten op maandag 04-01-2021 volgens de standaardplanning:
  - Groep1 start om 18:00h tot 19:15h (Nick, Warre, Daan, Joep)
  - Groep2 start om 19:30h tot 20:45h (Bjarne, Dries, Jahnilo)
- De keepers worden wel verwacht op de groepstraining indien dit mogelijk is, ze kunnen de looptraining van zaterdag skippen

Paul Franken  
TVJO KFC Turnhout  
dd. 31-12-2020