GOED NIEUWS!!

Er zijn weer positieve veranderingen!!

Update 6 mei 2020

Soms gaan dingen sneller dan verwacht. Nog geen week geleden berichten wij jullie dat wij een geheel aangepast programma gaan aanbieden met een groot gedeelte daarvan online. MAARRR na de onverwacht verdere versoepeling van de corona-maatregelen kunnen wij jullie met groot genoegen mededelen dat verschillende groepslessen weer fysiek aangeboden gaan worden. Yeah!!!

Vanaf 11 mei a.s. is het weer voor alle leeftijden toegestaan om in groepsverband buiten te sporten! Dit zal wel moeten gebeuren onder de voorwaarde dat de afstand van 1,5 meter behouden moet worden tot elkaar. Daarbij is het belangrijk dat als jijzelf óf een huisgenoot verkoudheids- en/ of benauwdheidsklachten of koorts heeft, dat je dan thuis blijft.

Neem voor deelname aan de les het protocol voor sporters door. Deze kan je vinden door op onderstaande button te klikken.

Protocol voor sporters

Hieronder vinden jullie meer praktische informatie omtrent de buiten sportlessen.

ALGEMEEN:
- ***Neem een (oude) grote badhanddoek mee****. Deze zal gebruikt worden tijdens krachtcircuits (aan het einde van de les) om over materiaal heen te leggen.*
- ***Neem een flesje/ bidon water mee.*** *Alleen voor eigen gebruik!*
- ***Er is geen toilet aanwezig.*** *Ga vóórdat je van huis gaat nog even thuis naar het toilet!*
- ***Persoonlijke spullen, zoals auto-/ fietssleutels, kleding, etc. moeten in eigen beheer blijven.*** *Bewaar deze in je eigen auto of draag er zelf zorg voor tijdens het sporten.*

SPECIFIEK voor Zwanger-/ MamaFit en FitMusic leden:
- ***Neem een paraplu mee.*** *Bij slecht weer kan je hieronder schuilen.*
- ***Heb je een eigen matje neem deze dan mee****, anders is er een matje voor je aanwezig.*

Wij hebben de Kalender in de Fitmanager app weer aangepast. Hier kunnen jullie de nieuwe weekinvulling vinden voor de komende periode en je weer registreren voor een activiteit.

Enkele zaken willen wij er nog even uitlichten:

- Zwanger- en MamaFit/ FitMusic zullen vooralsnog zowel online als fysiek aangeboden worden. Als uitzondering hierop zullen de buiten sportlessen Zwanger- en MamaFit van start gaan per 18 mei a.s.
- De buiten sportlessen zullen allemaal in de Dordtse Biesbosch (De Elzen) aangeboden worden. Verzamelplaats parkeerplaats De Viersprong (Oude Veerweg 2A).
- Gezien de Bootcamp trainingen weer geheel worden hervat komt ons vrijblijvend aanbod van de online HIIT training en het Trainingsschema te vervallen!

Hopelijk hebben wij jullie met deze informatie weer wat meer duidelijkheid kunnen geven. Mocht je verder nog vragen hebben, dan weet je ons te vinden. Wij hopen jullie snel weer te zien!

Sportieve groet,
Frank & Galina