

18 november 2020

CARDIO FITNESS BEVERWIJK

Beste sporter,

Hierbij ontvang je een update naar aanleiding van de persconferentie van dinsdag 18 november'20. Vanaf donderdag 19 november mogen we weer groepslessen gaan geven voor de leeftijd vanaf 18 jaar.

We willen erop blijven hameren om je te houden aan de regels. Corona vraagt om flexibiliteit, begrip en medewerking. Blijf regelmatig je inbox en reserveringssysteem in de gaten houden, zodat je op de hoogte blijft van de laatste updates en aanpassingen.

3 INGANGEN & UITGANGEN:

We hebben de sportschool verdeeld in drie zones, zodat er drie ingangen en drie uitgangen ontstaan. Het is niet mogelijk om van de ene hal naar de andere hal te lopen! De fitness bestaat daardoor uit hal 1 (hoofdingang) en hal 2 (linkerzijkant). De ingang voor de groepslessen zal te vinden zijn aan de rechterzijkant van het pand (Max Sports). Sporters in de dojo verlaten het pand via de achteruitgang.

CONTACTSPORTEN:

Vanaf 18 jaar komen alle contactsporten nog steeds te vervallen. Dit betekent dat de boks- en kickbokslessen komen te vervallen. We zullen deze lessen gaan compenseren door lessen aan te bieden zonder fysiek contact en waarbij 1,5 meter afstand gehouden kan worden.

RESERVEREN:

- Reserveren vooraf is verplicht!
- Reserveren kan vanaf dertig uur voor aanvangstijd. Voorbeeld: een training van zaterdag 13:00 uur kan vanaf vrijdagochtend 07:00 uur gereserveerd worden tot een minuut voor aanvangstijd.
- Er geldt een maximum van zes trainingen per week, zodat we met z'n allen verantwoord kunnen blijven sporten. Note: twee trainingen achter elkaar boeken telt als twee trainingen.

BASISREGELS:

- Reserveren vooraf is verplicht!
- Anderhalve meter afstand houden.
- Handen desinfecteren bij binnenkomst.
- Fitnessapparatuur en bokszakken desinfecteren voor én na gebruik (en ook afdrogen!).
- Na het sporten verlaat je meteen het pand. Graag niet in en/of rondom het pand blijven hangen.
- Als je verkoudheidsklachten met koorts hebt en/of benauwdheid, moet iedereen in het huishouden thuisblijven.
- Kom niet eerder dan de afgesproken tijd naar de locatie van de training. Let op: groepslessen maximaal tien minuten voor de geboekte lestijd! Fitnessstraining vanaf de aanvangstijd van het gereserveerde tijdsblok, dus niet eerder! Kom je later dan je gereserveerde tijdsblok, dan gaat dit van je trainingstijd af.

- Je krijgt pas toegang tot het pand zodra de sporters van het voorgaande trainingsblok het pand hebben verlaten.
- We vragen dringend om de sportschool direct na het sporten te verlaten en niet te blijven hangen in en/of rondom de sportschool.
- Instructies van de trainers en het personeel dienen te allen tijde opgevolgd te worden.
- Om iedereen de gelegenheid te geven veilig en verantwoord te sporten is er een aanpassing in het aantal te boeken trainingen. Het maximum is zes trainingen per week.
- Ouders verlaten het terrein meteen na het brengen van hun kind.
- Na afloop van de les verlaten alle kinderen het pand via de achteringang (i.p.v. de hoofdingang).
- Helaas zijn toeschouwers niet toegestaan. Wij rekenen op je begrip. Het is dus niet de bedoeling dat andere personen, dan de sporters zelf (zoals ouders) de training bijwonen. Ook niet wanneer zij afstand houden.
- Reserveren kan vanaf dertig uur voor aanvangstijd. Voorbeeld: een training van zaterdag 13:00 uur kan vanaf vrijdagochtend 07:00 uur gereserveerd worden tot een minuut voor aanvangstijd.

KLEEDKAMERS & DOUCHES:

Kleedkamers en douches zijn nog steeds afgesloten en niet in gebruik. Alle sporters komen in hun sportkleding naar de sportschool en douchen na afloop thuis. Ook omkleden na afloop gebeurt thuis.

WIST JE DAT....

- We van maandagochtend 05:00 uur tot vrijdagavond 00:00 uur altijd 24 uur non stop open zijn?!
- We de weekenden open zijn van 08:00 tot 20:00 uur?!
- Parkeren bij onze burens Makro mogelijk is?!
- We personal trainers hebben die je kunnen helpen met het behalen van je doelstellingen?!

TOT SLOT:

Het is fijn dat de overheid nog steeds het belang van sport en bewegen op je gezondheid inziet en het sporten (nog) blijft stimuleren; dan wel weer met wat aanpassingen. Het is belangrijk dat wij dit samen doen. Houd je dus aan de regels en attendeer elkaar hierop. Op deze manier kunnen wij met z'n allen veilig en verantwoord sporten! Wij rekenen op je begrip en medewerking.

Wij vertrouwen je hiermee voldoende te hebben geïnformeerd en hopen je snel weer in goede gezondheid bij Cardio Fitness Beverwijk te mogen begroeten.