

Nieuwsflits Sportpraktijk Brielle oktober 2020

Beste Sporters,

Na een roerige week, met veel onduidelijkheid over de nieuwe regels omtrent het sporten, willen we jullie op de hoogte brengen van de genomen extra maatregelen in de Sportpraktijk.

De meeste onduidelijkheid is veroorzaakt door de geschreven notitie van de regering, dat je met 30 mensen in een zelfstandige ruimte mag zijn mits de 1,5m regel gehanteerd kan worden. Maar daarnaast mogen niet meer dan 4 personen in gezelschap samen sporten, maar mogen er wel meerdere groepjes van 4 gevormd worden in één ruimte.

Als eerste willen we jullie uitleggen, dat je bij ons sport op basis van een individuele sporter. Je vormt dus in principe geen gezelschap. Dat zou betekenen dat je dus met 30 individuele sporters mag sporten, mits de 1,5m gehanteerd kan worden. We weten allemaal dat dat in onze zelfstandige ruimtes niet haalbaar is. Daarom hebben we per 1 september besloten om niet meer dan 6 sporters per ruimte toe te laten. Op die manier kunnen we met elkaar de 1,5m afstand bewaren.

De ruimte waar je als eerste binnenkomt, is de ruimte met de cardio toestellen. Tussen deze toestellen zijn zichtbare afbakeningen geplaatst in de vorm van "spatschermen". Je bent hier als individuele sporter aan het sporten met 5 andere individuele sporters. Je vormt hierin geen groep. Probeer je aan de 1,5 m regel te houden tijdens het wisselen van toestel en het verlaten van de zaal. Houd je bidon, handdoek en schoonmaakdoekjes bij je zodat onnodig lopen voorkomen kan worden.

De tweede ruimte waar de losse oefeningen worden uitgevoerd, was eerst voorzien van 6 groene vakken, waardoor iedereen op 1,5 m afstand van elkaar zijn oefening kon uitvoeren. Wel werd er gerouleerd over deze 6 vakken. Ondanks dat jullie ook hier geen groep vormen, hebben we voor de duidelijkheid 3 oranje en 3 groene vakken gemaakt. Sta je in het oranje vak, dan rouleer je alleen over de oranje vakken. Sta je in het groene vak, dan rouleer je alleen over de groene vakken. Mocht het idee van een groep ontstaan, dan ben je dus in de ruimte met 2 groepjes van 3 personen. Zo voldoen we ook hier aan de regels.

Dan hebben we, zoals dat in de volksmond genoemd wordt, de groepslessen Pilates en Spinning. Het is vreemd dat ze hier spreken over het vormen van groepjes, omdat ieder respectievelijk op zijn/haar eigen mat ligt of op zijn/haar fiets zit. We houden ons daarom ook aan het huidig aantal personen wat we per les al hanteerde.

Dan zijn er nog vragen omtrent het mondkapje. Het wordt ten zeerste afgeraden om met een mondkapje op te sporten. Je krijgt namelijk door het mondkapje, tijdens het sporten, te weinig zuurstof binnen met alle gevolgen van dien. Wel mag je ervoor kiezen om met een mondkapje de Sportpraktijk te betreden en die vervolgens af te doen wanneer je de sportzaal betreedt.

Als laatste aanpassing; de nieuwe uitgang is via de koffieruimte (uitzonderingen daargelaten). Wanneer je het gebouw verlaat, vragen we je nu ook de handen te desinfecteren zodat je ook met schone handen weggaat.

Succes allemaal en blijf vragen stellen als er onduidelijkheden zijn. We zijn er voor jullie.

Groetjes Team Sportpraktijk Brielle