

Protocol Sportclub Sens

- Reserveer uw les via de website www.sportclubsens.nl onder het kopje “reserveer je les”. Reserveren is alleen verplicht voor de indoor groeps- en spinninglessen i.v.m. beperkte capaciteiten. Voor de buitenlessen hoeft niet te worden gereserveerd. Voor de eGym-, cardio- en fitnesszaal hoeft ook **niet** te worden gereserveerd. Wel vragen wij u om u aan de 1.5 meter afstand te houden.
- In de gehele fitnesszaal is er in totaal plek voor 35 mensen. Deze worden geteld d.m.v. chips. Deze dienen leden mee te nemen wanneer zij de fitnesszaal betreden. Wanneer alle 35 chips in bruikleen zijn is de fitnesszaal vol. De eerstvolgende sporters zullen moeten wachten totdat de andere sporter(s) klaar zijn en de chip hebben ingeleverd wanneer zij de fitnesszaal verlaten, in de hier voor bestemde bucket.
- In de kantine kunnen mensen wachten totdat ze aan de beurt zijn. Houd tijdens het wachten rekening met de 1.5 meter afstand.
- De entree dient zowel als in- en uitgang. Volg hiervoor de pijlen.
- Neem twee handdoeken mee, één handdoek is om op de apparatuur neer te leggen tijdens uw training en de andere handdoek is er om apparaten mee schoon te maken.
- Bij binnenkomst desinfecteert u eerst uw handen.
- U volgt de aangegeven route die met pijlen en kruizen wordt aangegeven op de club.
- In de fitnesszaal is de fitnessapparatuur verdeeld over vlakken. Houd u per vlak rekening met de 1.5 meter afstand tot elkaar, tenzij er een apparaat of (plexiglas) scherm tussen zit om dit voor u te doen.
- Tussen alle cardio- en eGym-apparaten zitten plexiglas schermen. Hiermee kunnen op deze apparaten alle mogelijkheden benut worden en is er minder kans op besmettingsgevaar.
- Bij de apparaten die met kruisjes gemarkeerd worden mag maximaal één persoon staan. Ook als u met meerdere mensen aan het sporten bent houdt u de 1.5 meter afstand. Dit geldt ook voor personal trainers.
- Maak na elke oefening, ook na groeps-/spinninglessen, het apparaat, attribuut of de fiets schoon met de hiervoor bestemde desinfectiemiddelen.
- Er mag geen gebruik worden gemaakt van de horeca, douches, sauna's en beperkt van de toiletten. Tassen en dergelijke kunnen worden opgeborgen op de hiervoor bestemde plekken. De organisatie heeft het recht op elk moment hier wijzingen of uitzonderingen in te maken.
- In de kleedkamers mogen een maximumaantal mensen tegelijkertijd. Hiervoor hebben wij markeringen aangebracht op de banken in onze kleedkamers om zodoende de 1.5 meter afstand te kunnen waarborgen.
- Wanneer u niet hebt gereserveerd, maar toch wilt sporten: vraag dan bij de balie de aanwezige instructeur of er nog plek is om te reserveren. Dit mag op de club, maar kan ook telefonisch.
- Maak de eGym schoon voordat u wisselt van apparaat. Ook hiervoor is het van belang dat u twee handdoeken bij u heeft. Eén om op het apparaat te leggen tijdens uw work-out en de ander om het apparaat schoon te maken wanneer u wisselt.
- Tijdens de groepslessen beweegt u binnen de hiervoor bestemde vlakken. Hierdoor blijft de 1.5 meter gewaarborgd.
- Bij het begin van de spinningles verplaatst het lid zelf de fiets naar een van de aangegeven kruizen. Na de les desinfecteert het lid zelf zijn of haar fiets en verplaatst deze weer naar het achterste deel van de zaal, zodat de zaal na de les leeg is.
- Na elke les krijgt de desbetreffende instructeur die de les gegeven heeft de tijd om de zaal schoon te maken.

Als we ons gezamenlijk aan het bovenstaande protocol houden kan iedereen veilig sporten en veilig begeleid worden. Wij danken u voor uw begrip en medewerking!