



## Nieuwe corona maatregelen per 14 oktober 22.00 uur

Beste sporter,

Na de persconferentie van gisteravond is duidelijk geworden dat het niet goed gaat met het verspreiden van het Corona virus en dat aanscherpen van regels noodzakelijk is. Het goede nieuws is dat de fitnessbranche open mag blijven! Daar zijn we heel heel blij mee 😊! Maar desondanks zullen ook wij niet ontkomen aan een aantal wijzigingen.

### **Maximaal 30 mensen per (groepsles)zaal**

Binnen geldt voor zowel individueel sporten als groepslessen het maximale aantal van 30 personen per ruimte, mits 1,5 meter afstand gehouden kan worden. De overheid ziet fitness namelijk als een individuele activiteit. Oftewel: een groepsles bestaat uit 30 individuen en niet uit een team van 30 mensen.

### **Buitemtrainingen**

Vooralsnog geldt vanaf vanavond 14 oktober 22:00 uur een maximale groepsgrootte van vier personen. Dit betekent dat groepslessen buiten met meer dan vier personen niet langer zijn toegestaan. We schrijven vooralsnog want er wordt nog over gesproken wat nu precies wel/niet mag. Zolang het niet duidelijk is zullen de buitenlessen naar binnen gaan.

### **Kleedkamers, douches en sauna zijn gesloten**

Aangezien je nu geen spullen meer in de kleedkamer kunt opbergen, is het toegestaan om één tas mee te nemen tijdens het sporten. Je kunt hier je schoenen en belangrijke spullen zoals je sleutels in meenemen.

### **Horecaruimtes gesloten**

Ondanks dat er binnen Play-Fit geen kopje koffie meer gedronken kan worden kan er gebruik gemaakt worden van de producten uit de Vending machine en kunnen smoothies als 'take away' na de training mee naar huis worden genomen.

### **Mondkapjes**

Het dragen van een niet-medisch mondkapje in openbare binnenruimtes wordt verplicht voor iedereen vanaf 13 jaar. Er wordt niet verwacht dat sporters tijdens het sporten een mondkapje dragen. De regel van het advies, dat een mondkapje gedragen dient te worden door sporters bij binnenkomst en na het sporten bij het verlaten van het fitnesscentrum laten wij voorlopig nog even aan de sporters en medewerkers zelf over daar bij binnenkomst direct de trainruimtes betreed zullen worden. De openbare binnenruimtes betreffen; halletje/trap/receptie/wc's/zitgedeelte/kantoren.

**Dus:**

- **1.5 meter afstand behouden te alle tijden!**
- **Geen buitemtrainingen meer (lessen gaan naar de zalen)**
- **kleedkamers dicht**
- **Geen horeca voorziening**
- **Neusmondkap in openbare binnenruimtes is keuze aan sporter en medewerker zelf**
- **PlaYsation zaal maximaal 12 sporters (uitgezonderd KickFit en Spinning met 10 sporters)**
- **Crosszaal maximaal 8 sporters**
- **Tas is toegestaan in de zalen om je persoonlijke spullen in te bewaren**

EXTRA LESSEN CROSSFUN vanaf maandag 19 oktober

CrossFun maandag 17.00 – 17.45 uur max 8 personen in Crosszaal

CrossFun donderdag 20.15 – 21.00 max 12 personen in PlaYsationzaal **ipv 19.30 uur les!**

CrossFun zondag 12.15 – 13.00 max 12 personen in PlaYsationzaal

#### VIRTUELE LESSEN

Nu we minder sporters kwijt kunnen in de lessen is het wellicht een optie om buiten de lessen om virtuele lessen te volgen. Van high intensity tot aan body&mind.

#### Dringend advies

1. Kom als het je uitkomt op een ander tijdstip trainen dan op de \*piektijden!
2. Train zoveel mogelijk alleen i.p.v. met een maatje.
3. Als je ziet dat het te druk is, kom dan later terug.
4. Vraag om de 1.5 meter afstand en geef deze uiteraard ook.
5. Houd je aan de hygiëne regels.

\*Piektijden doordeweeks tussen 09:00-10:30 uur en 18:45-20:45 uur en in het weekend tussen 09:30-11:00 uur.

Hieronder de tijdstippen/momenten waarop het nu nog rustig tot zeer rustig is.

Dagen	Ochtend	Middag	Avond
Maandag	08:00 - 09:00 uur	11:00-15:00	20:30-22:00
Dinsdag	08:00 - 09:00 uur	12:00-16:00	21:00-22:00
Woensdag	08:00 - 09:00 uur	12:00-16:00	20:30-22:00
Donderdag	08:00- 12:00	12:00-18:00	21:00-22:00
Vrijdag	08:00 - 09:00 uur	12:30-15:00 17:00-19:15	
Zaterdag	12:30- 14:00 uur		
Zondag	12:30- 14:00 uur		

\*zeer rustig

We gaan het met elkaar oplossen en samen werken aan een fitter, sterker en blij lijf!!

Stay Safe, Stay Healthy, Stay@Play-Fit!

Team Play-Fit