

Beste leden en ouder(s)/verzorger(s),

Na de teleurstelling enkele weken geleden waarin leek dat voor onze vereniging geen mogelijkheden waren om buiten te trainen kunnen we je verheugd mededelen dat het ons toch is gelukt voor een ieder training te organiseren.

In overleg met Victoria O mogen wij gebruik maken van (gedeeltes van) de voetbalvelden. Het kunstgrasveld A en het middengedeelte van grasveld C.

Ook hebben wij maatregelen genomen zodat op een veilige en gezonde manier gesport kan worden.

Uiteraard is het niet mogelijk om toestellen uit de gymzaal buiten te gebruiken. Daardoor zullen de trainingen aangepast worden naar wat wel kan en met kleine materialen die we wel buiten mogen gebruiken.

Wij gaan met veel energie de komende tijd tegemoet en zijn blij dat voor een ieder mogelijkheid is om te trainen.

### **Start training**

Vanaf **maandag 18 mei a.s.**, zullen de trainingen gestart worden op de voetbalvelden van het sportcomplex van Victoria O. Voor de Senioren op de dinsdagavond geldt dat zij voor de ingang van de gymzaal verzamelen, vandaar neemt Irene jullie mee naar een geschikte locatie.

Tijdens de training zijn toeschouwers niet toegestaan. Het is zelfs zo dat wij buiten de trainers en coronacoördinatoren geen mensen op het complex mogen toelaten tijdens de trainingen.

Als uw kind(eren) door u gebracht wordt vragen wij u hem/haar af te zetten bij de ingang van het complex en om drukte te voorkomen direct weer weg te gaan.

Wij vragen u om samen met uw kind(eren), vóór aanvang van de training, onderstaande regels en bijgevoegde protocollen door te lezen om op deze manier goed voorbereid te zijn op de gang van zaken op het sportcomplex. Hiermee kunnen wij de gezondheid van onze leden en trainers op het sportcomplex waarborgen en evengoed in een veilige en gezonde omgeving onze mooie sporten uitvoeren.

### **Kleding**

Bedenk goed dat je buiten traint, het kan heel warm zijn maar ook erg koud. Pas je kleding hier op aan.

### **Slecht weer en communicatie**

Bij slecht weer wordt door de leiding in de WhatsApp groep vermeld wanneer de training niet doorgaat. Ga zelf na of je in de WhatsApp groep zit, zo niet neem contact op met de leiding van jezelf of van jouw kind(eren). Zie ledeninformatieblad op de website. Het wordt ook via facebook kenbaar gemaakt.

Wij verwachten dat alle leden op de training komen, geef bij de leiding aan wanneer jezelf of jouw kind(eren) **niet** komen (dit is dus anders dan het protocol aangeeft).

### **Trainingschema**

In het onderstaande schema staan de dagen en tijden vermeld wie wanneer op het sportcomplex aanwezig mag zijn. Kijk daar goed naar, de tijden zijn niet allemaal gelijk aan de trainingstijden die je gewend bent in de zaal. Zo zijn de groepen selectie turnen van maandag en donderdag omgeruild.

## schema training victor gymsport bij victoria o voetbal

### Maandag

16:00	16:55	selectie turnen groep 1	Els	veld A
17:05	18:00	selectie turnen groep 2	Els	veld A

### Dinsdag

15:40	16:30	kleutergym vanaf 3 jaar	Irene	veld A
16:40	17:30	recreatie turnen groep 5 t/m 8 en VO	Nienke	veld C
17:40	18:30	recreatie turnen groep 3 en 4	Nienke	veld C
19:00	19:50	Senioren groep 1	Irene	Vanaf gymzaal
20:00	20:50	Senioren groep 2	Irene	Vanaf gymzaal

### Woensdag

18:00	18:40	aerial dancing groep 1	Els	veld C
18:45	19:25	aerial dancing groep 2	Els	veld C
19:30	20:10	aerial dancing groep 3	Els	veld C

### Donderdag

17:00	18:00	selectie turnen extra	Els	veld A
-------	-------	-----------------------	-----	--------

### Vrijdag

16:30	17:45	Free running	Matthijs	veld A
-------	-------	--------------	----------	--------

### Zaterdag

09:30	10:25	turnen jong talenten	Maaïke en Imke	veld A
10:35	11:30	selectie turnen extra	Maaïke en Imke	veld A

*veld A is het kunstgrasveld*

*veld C is aan de linkerkant vanaf ingang sportcomplex*

## Veiligheid- en hygiëneregels

Wij dringen er op aan om onderstaande maatregelen uit te voeren.

- Voor alles geldt, gezond verstand gebruiken staat voorop.
- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: Neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38° C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft mag je je kind weer laten sporten en buiten spelen.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kan worden moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact.
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar).
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet.
- Was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden.
- Was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie.
- Douche thuis en niet op de sportlocatie.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct na einde van de sportactiviteit naar huis.