

Noordwijk, donderdag 18 maart 2021



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

Helaas raken nog steeds te veel mensen besmet met het coronavirus en is verdere verruiming van de lockdown nog niet verantwoord. Dat betekent dat binnen sporten tot en met 30 maart nog niet mogelijk is. En hoe de versoepeling er daarna uit ziet is nog niet duidelijk.

Afgelopen dagen zijn wij bezig geweest met de samenstelling van het nieuwe lesrooster voor de buiten lessen.

Nu het weer steeds beter wordt en de dagen langer worden vinden we het verantwoord genoeg om met de groepen naar buiten te gaan. Net als tijdens de 1^e lockdown mogen we weer gebruik maken van het veld van korfbalvereniging Fluks en het Bootcampterrein. We hebben van de gemeente een GO gekregen en informeren jullie via deze brief over de gang van zaken.

ALGEMEEN

- Wij starten de lessen op dinsdag 30 maart.
- Op basis van de beschikbaarheid van de buitenvoorzieningen en de beschikbaarheid van de leiding hebben we een speciaal buitenlesrooster gemaakt.
- Bij de indeling van het lesrooster is rekening gehouden met de grootte van de lesgroepen, leeftijd van de lesgroepen en verschillende haal- en brengtijden om contact tussen ouders onderling zo beperkt mogelijk te houden. De lessen duren 45 minuten. En tussen de lessen zit 15 minuten pauze om het brengen en halen goed te kunnen organiseren en te voldoen aan de richtlijnen van het RIVM.
- Er zijn twee locaties waar de lessen gegeven worden: het sportveld bij korfbalvereniging Fluks en het daarnaast gelegen bootcamp terrein. In het rooster ziet u staan waar de lessen zijn.
- Op de momenten dat er les wordt gegeven aan kinderen (tot en met 17 jaar) zijn er altijd twee personen qua leiding/assistentie aanwezig. Dit om o.a. het toezicht bij het brengen en halen van de kinderen door ouders in goede banen te leiden.
- 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 de 38 °C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
 - Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus (COVID- 19).
 - Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de leslocatie;
- Kleine kinderen brengen en halen door één ouder/begeleider;
- Ouders/verzorgers/begeleiders hebben geen toegang tot de leslocatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de les.

DE LESSEN

- Volwassenen moeten zich 1 dag van te voren aanmelden voor de les via de WhatsApp groep van de les, zodat duidelijk is hoeveel volwassenen naar de les komen;
- Bij slecht weer gaan de lessen niet door! Dit wordt gecommuniceerd minimaal 1 uur voor aanvang van de les via de WhatsApp groep. De lessen die niet doorgaan worden niet op een ander moment ingehaald;
- Kom in sportkleding naar de leslocatie. Er is geen mogelijkheid om gebruik te maken van een kleedruimte. Schoenen met noppen zijn niet toegestaan;
- Ga voor de les thuis naar het toilet. Er kan geen gebruik worden gemaakt van het toilet op de leslocatie;
- Kom niet eerder dan 5 minuten voor aanvang van de les naar de leslocatie en wacht bij aanvang op de daarvoor aangewezen plek;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de vereniging, van de leiding of bestuursleden;
- Iedereen vanaf 18 jaar (jongvolwassenen en volwassenen) houdt 1,5 meter afstand tot volwassenen en jongeren vanaf 13 jaar, dus ook tot leiding en andere sporters tijdens het sporten.
- Leden tot en met 12 jaar hoeven tot elkaar en tot volwassenen geen 1,5 meter afstand te houden;
- Leden van 13 tot en met 17 jaar hoeven geen 1,5 meter afstand te houden tot elkaar, wel 1,5 meter afstand tot de leiding;
- Neem je eigen bidon mee en vul deze thuis;
- Verlaat na de les direct de leslocatie.
- Was je handen voordat je naar de les komt (minimaal 20 seconden met water en zeep).
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.

HET LESROOSTER

Buitenlessen DOS Noordwijk *Start dinsdag 30 maart*



| Dag | Tijd | Groep | Trainers | Locatie |
|-----------------|----------------|--|---|-----------------------|
| Dinsdag | 16:00 – 16:45 | Recreatie gym 3-4 jaar/5-6 jaar (ma. groepen) | Leonie & Pauline | Fluks Veld A en B |
| | 17:00 – 17:45 | Recreatie gym 7-8 jaar (ma. groep) | Leonie & Pauline | Fluks Veld A en B |
| | 19:00 – 19:45 | Fitgym groepen Volwassen turnen Pilates | Danielle Anne | Fluks Veld A en B |
| Woensdag | 14:00 – 14:45 | Recreatie gym 3-4 jaar (wo. groep) | Babs & Pauline | Fluks Veld A en B |
| | 15:00 – 15:45 | Recreatie gym 5-6 jaar (wo. groepen) | Babs & Pauline | Fluks Veld A en B |
| | 16:00 – 16:45 | Recreatie gym 7-8 jaar (wo. groepen) | Babs & Pauline | Fluks Veld A en B |
| | 17:00 – 17:45 | Recreatie gym 9-10 jaar (ma. wo. groep) | Nicole & Leonie/Anja | Fluks Veld A en B |
| | 18:00 – 18:45 | Selectie | Manouk | Fluks veld A en B |
| | 18:00 – 18:45 | Recreatie gym 11 jr en ouder (ma. groep) / 11-12 jr. + 13 jr. en ouder (wo. groepen) | Nicole & Leonie/Anja | Fluks veld A en B |
| | 19:00 – 19:45 | Steps & Aerobics Conditietraining heren | Babs & Pauline | Fluks Veld A en B |
| | Vrijdag | 17:00 – 17:45 | Jongensgym / freerunnen 6 –9 jaar (VOL) | Stijn, Leonie & Sofie |
| 17:30 – 18:15 | | Streetdance 6-8 jaar | Tessa & Ciska | Fluks |
| 18:00 – 19:45 | | Selectie | Manouk | Fluks veld A en B |
| 18:00 – 18:45 | | Jongensgym / freerunnen Vanaf 10 jaar (VOL) | Stijn, Leonie & Sofie | Bootcamp terrein |
| 18:30 – 19:15 | | Streetdance 9-12 jaar | Tessa & Ciska | Fluks |
| 19:30 – 20:15 | | Streetdance 13 jaar en ouder | Tessa & Ciska | Fluks |

CONTACTPERSOON DOS CORONA NOORDWIJK

Heeft u vragen naar aanleiding van deze brief? Of andere vragen over de buiten lessen van DOS. Neemt u dan contact op via Whatsapp met Babs Barnhoorn: 06 52 79 37 42 of Marga Baalbergen 06 30 01 91 93.

Wij hebben er zin in! En kijken ernaar uit om iedereen weer te zien.

Hopelijk tot snel bij onze buitenlessen.

Met vriendelijke groet,

Team DOS Noordwijk

Leiding & bestuur