

Maatregelen voor groepslessen tijdens corona

Samen zijn we verantwoordelijk

Goed dat je het ook belangrijk vindt om te weten wat wij voor maatregelen genomen hebben om verantwoord groepslessen te kunnen geven. Met deze richtlijnen volgen wij het RIVM.

Inschrijven voor een groepsles

Als je je wilt inschrijven voor een groepsles, stel jezelf dan eerst even de volgende vragen. Is het antwoord op een van deze vragen JA, stel de inschrijving dan nog even uit. En mocht blijken dat je op de dag van de groepsles toch op een van deze vragen JA kunt antwoorden, annuleer de les dan alsnog. Mail of app ons even en we zetten de lescredit weer terug op je account.

- ✓ Heb je nu Corona?
- ✓ Heeft een huisgenoot nu Corona?
- ✓ Heb je één van deze verschijnselen: (neus)verkoudheid, hoesten, niezen, keelpijn, verhoging of koorts, kortademigheid, moeheid?
- ✓ Heeft een huisgenoot één van deze verschijnselen?
- ✓ Ben je in thuisisolatie?

Als de docent een van deze verschijnselen bij jou herkent, zal hij/zij je niet toelaten tot de groepsles.

Omdat hooikoorts zoveel dezelfde verschijnselen heeft als bij het Coronavirus, vragen wij mensen met hooikoortsklachten de groepsles nog even uit te stellen.

De groepsles

Onze voorzorgsmaatregelen

- ✓ De docent geeft geen les als hij/zij zelf verschijnselen heeft
- ✓ De docent laat jou niet toe tot de groepsles als jij verschijnselen vertoont
- ✓ Wij verwelkomen je met een glimlach en niet met een hand
- ✓ Wij houden voldoende afstand, ook tijdens de les
- ✓ Wij desinfecteren onze handen grondig voor en na de groepsles
- ✓ We plannen voldoende tijd tussen de groepslessen in
- ✓ Wij gebruiken geen props die niet goed schoongemaakt kunnen worden
- ✓ Schoonmaakdoekjes worden eenmalig gebruikt

Wat vragen we van jou?

- ✓ Kom niet te vroeg
- ✓ Zorg dat je je niet hoeft om te kleden
- ✓ Geef geen handen
- ✓ Raak zo min mogelijk aan
- ✓ Stop persoonlijke spullen in je jaszak of tas
- ✓ Houd voldoende afstand tot elkaar
- ✓ Desinfecteer je handen grondig voor de les
- ✓ Gebruik een mathanddoek of grote badhanddoek op de mat, of - liever nog - gebruik je eigen mat
- ✓ Maak de gebruikte mat grondig schoon voor en na de les

- ✓ Neem voor jezelf evt. kussentjes, een bolster of een deken mee
- ✓ Neem extra handdoeken of een kussensloop mee als je een bolster gebruikt
- ✓ Maak de evt. gebruikte props goed schoon
- ✓ Houd er rekening mee dat het toilet tijdelijk gesloten is

Wij hopen dat je begrip hebt voor deze maatregelen.

Tot gauw!