

Heerde, 26 juni 2020

Betreft: FysioSport

<<m/v>> <<voorletter>> <<naam>>

<<adres>>

<<postcode>> <<plaats>>

Beste FysioSport(st)er,

Goed nieuws: de FysioSport gaat per 1 juli weer “normaal” van start!

Het RIVM heeft gemeld dat er vanaf 1 juli geen beperkingen meer gelden op het aantal aanwezigen bij bijeenkomsten, zowel buiten als binnen; mits er aan een aantal regels wordt voldaan.

Daarom blijven de FysioSport-regels (zie bijlage) vooralsnog van toepassing. Wij verzoeken u deze goed door te lezen!

FysioSport per 1 juli

- Sporters uit een vaste groep bij een therapeut kunnen dit weer doen zoals voorheen.
- **“Zelfstandige sporters” mogen alleen buiten onderstaande vaste FysioSport-uren sporten,** (aangezien we anders de 1,5 meter afstand niet kunnen garanderen). Tenzij anders afgesproken is- wellicht zijn er plekken over bij de reguliere groepen, waarbij u op afspraak kunt aansluiten.

Tijden vaste FysioSport-groepen (dus alleen daarbuiten is zelfstandig/vrij sporten toegestaan)

Maandag: 10.30-11.30 uur en 18.00-20.00 uur

Dinsdag: 10.30-11.30 uur en 16.30-17.30 uur

Woensdag: 09.30-11.30 uur en 17.00-20.00 uur

Donderdag: 10.30-11.30 uur en 17.00-21.00 uur

Vrijdag: 08.00-11.00 uur en 15.00-17.00 uur

Administratie FysioSport

- Over de maanden april, mei en juni is er GEEN abonnementsgeld verschuldigd.
- Mocht u een jaarabonnement hebben of vooruit hebben betaald, dan zullen deze 3 maanden worden verrekend met een eerstvolgend termijn.
- Per 1 juli zal het reguliere abonnementsstarief weer ingaan, tenzij u anders heeft aangegeven.
- Mocht u een FysioSport-factuur ontvangen welke volgens u niet correct is, dan kunt u hierover contact opnemen met Elien Eltingh (e-mail: elien@fysioheerde.nl).

Vanaf woensdag 1 juli staat er voor een ieder van u een leuke attentie klaar. Deze is verkrijgbaar aan de balie of via uw begeleidende fysiotherapeut. We zijn enorm blij dat we u weer mogen verwelkomen!

Met sportieve groeten,
namens het gehele FysioSport-team



BIJLAGE: FYSIOSPORT PER 1 JULI 2020

1) Veiligheid

De veiligheid van onze sporters en medewerkers staat natuurlijk centraal. Daarom dient er vooraf een gezondheidscheck (triage) plaats te vinden. Hierbij houden wij ons aan de volgende regels:

- Blijf thuis als u (milde) symptomen van koorts, benauwdheid, neusverkoudheid of hoesten
- Blijf thuis als iemand in uw huishouden koorts (vanaf 38 graden) en/of benauwdheidsklachten heeft.
- Blijf thuis wanneer u of iemand in uw huishouden positief is getest op Covid-19 of wanneer u contact heeft gehad met iemand met Corona. Volg hierin het advies van de GGD.
- Houd te allen tijde 1,5 meter afstand van andere aanwezigen!
- Er is géén looproute in de sportzaal; u dient hierin uw eigen verantwoordelijkheid te nemen!
- In de sportzaal is ventilatie die voldoet aan de gestelde eisen.

2) Hygiëne

- Was uw handen voor uw vertrek thuis en bij thuiskomst met water en zeep.
- Bij binnenkomst dient u uw handen te desinfecteren bij de zuil (zie ingang van onze praktijk).
- Ga voordat u komt sporten thuis naar het toilet (toiletbezoek gelieve alleen bij hoge nood).
- Schud geen handen.
- Hoest en nies in uw elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Vermijd tijdens het sporten het aanraken van uw gezicht.
- Iedere sporter verkrijgt tijdens het sporten een eigen fles desinfectiemiddel en schoonmaakdoekje; u dient zowel voor als na een oefening het toestel zelf schoon te maken.
- Trainen met handdoek is verplicht! Neem naast uw handdoek eventueel ook zelf water mee.
- Douche zoveel mogelijk na afloop thuis (kleedkamers zijn beperkt toegankelijk ivm 1,5 m afstand)

3) Kleedkamers/toiletten beperkt toegankelijk (ivm de 1,5 meter regel)

- Kom in sportkleding naar de praktijk en douche na afloop het liefst thuis.
- Toiletbezoek gelieve alleen bij hoge nood.
- Neem eventueel vanuit huis uw eigen flesje water mee.
- Laat waardevolle spullen zoveel mogelijk thuis!
- In de sportzaal staat een kapstok, welke u (op eigen risico) kunt gebruiken.

4) Praktische zaken tijdens de FysioSport

- Kom stipt op tijd en loop direct door naar de sportzaal.
- Pak in de sportzaal uw eigen fles desinfectiemiddel en schoonmaakdoekje en maak zowel voor als na een oefening uw apparaat schoon. Gelieve het flesje na afloop ook even schoonmaken aub.
- Houd 1,5 meter afstand van elkaar.
- Ga na afloop van de sportactiviteit direct naar huis, blijf niet "hangen".
- Tijdens de FysioSport kan er nog GEEN gebruik gemaakt worden van de koffie-/theepauze.

Volg aub te allen tijde de aanwijzingen van onze medewerkers op!



SAMEN VERSLAAN WE CORONA