

RICHTLIJNEN en PROTOCOLLEN buitenlessen HERCULES

Om de buitenles vorm te kunnen geven hebben we alle leden en ouder(s)s/verzorgers(s) van leden nodig om te zorgen voor een veilige en verantwoorde les voor iedereen. Hierbij volgen wij de richtlijnen vanuit het RIVM en de KNGU. Bij de les zijn naast de sportende leden alleen leiding, assistent en door het bestuur aangewezen vrijwilliger aanwezig zodat de richtlijnen nageleefd worden. Als ouder van uw kind, kunt u niet aanwezig zijn bij de les.

Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop. We willen ieder vragen onderstaande regels op te volgen en te respecteren. Als ouder/verzorger van een sportend lid vragen wij om uw kind te instrueren op de geldende regels. Hier zullen de kinderen in het basisonderwijs waarschijnlijk niet onbekend mee zijn.

- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts of verhoging. Als iemand in jouw huishouden koorts heeft, of als iemand in jouw huishouden positief is getest op het nieuwe coronavirus. Volg hierbij de adviezen van de GGD.
- Wij willen de ouders/verzorgers dringend verzoeken, wanneer jullie willen blijven wachten, om 1,5 meter afstand van elkaar te staan.
- Ouders/verzorgers zijn niet welkom op het terrein van de locatie voor de buitenles.
- Houd altijd 1,5 meter afstand tot de dansdocent en assistent die 13 jaar of ouder zijn. Twijfel je over de leeftijd, houd dan 1,5 meter afstand.
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes
- Was je handen met water en zeep voor en na de les
- Douche thuis en niet op de sportlocatie
- Houd rekening met de looprichtingen op het terrein
- Volg de aanwijzingen op van de begeleiding bij de buitenles
- Kleedkamers zijn NIET open
- Neem voldoende drinken mee (eigen bidon/flesje)
- Wij zorgen voor handgel, zodat de dansers voor en na de training hun handen kunnen schoonmaken
- Laat waardevolle spullen (zoveel mogelijk) thuis
- Zowel voor dansdocent als voor de dansers geldt: indien je je niet veilig voelt om deel te nemen/training te geven maak dit bespreekbaar met je dansdocent of coördinator

ALTERNATIEF LESROOSTER BUITENLESSEN

Algemene informatie lessen locatie CCC

Waar	:	Locatie CCC, grasveld
Wanneer	:	Vanaf maandag 25 mei, aanvang lessen volgens normale lesrooster
Tijdsduur les	:	45 minuten
Wisseltijd	:	15 minuten

Welke groepen

Maandag	:	B20
Dinsdag	:	D13, C16 en B19
Woensdag	:	D16 en dames
Donderdag	:	Recreatie Plus en VO 3 en ouder
Vrijdag	:	D9, C16 en B19

Werkwijze

- Dansdocenten, assistenten en dansers komen in **danskleiding naar het CCC**. De kleding kan eventueel vies worden.
- Neem je eigen handdoek en/of matje mee.
- Wij kunnen **geen gebruik maken van de wc**, dus zorg dat je van te voren naar de wc bent geweest.
- Zorg ervoor dat je **sneakers** aan doet waarop je kan dansen op een grasveld of plein.
- **Graag 5 minuten** voor aanvang training verzamelen bij de ingang van het grasveld. Niet eerder komen!
- Bij aankomst kom je direct naar het grasveld (via de zijkant ingang sporthal) en zal je ontvangen worden door een vrijwilliger (herkenbaar aan een geel of oranje vest).
- Ouders/verzorgers mogen niet op het grasveld komen, halen en brengen gebeurt tot op de parkeerplaats voor de sporthal.
- Op het veld word je verder begeleid door de dansdocent en/of assistent. **De dansdocent en assistent gaan lesgeven achter een afzetlijn. Er mag geen fysiek contact zijn met onze dansdocent en assistent. Dansers ouder dan 13 jaar moeten onderling 1,5 meter afstand houden.**
- Na de training ga je direct via de uitgang (langs de ingang van de sporthal) naar de parkeerplaats waar je opgehaald wordt of naar je eigen fiets/auto.
- Bij slecht weer zal de les een uur van te voren afgezegd worden. Dit zal via de email en/of WhatsApp gebeuren. Indien mogelijk zal er dan eventueel een online les plaatsvinden.

Algemene informatie lessen locatie Marshof vrijdag

Waar	:	Locatie Voetbalvereniging ZAC Zwolle-Zuid, kunstgrasveld
Wanneer	:	Vanaf vrijdag 29 mei, aanvang lessen volgens normale lesrooster
Tijdsduur les	:	45 minuten
Wisseltijd	:	15 minuten

Welke groepen

Vrijdag	:	VO 1-2 (Groep Tara) VO 3-4 (Groep Lotte)
---------	---	---

Werkwijze

- Dansdocenten, assistenten en dansers komen in **danskleiding naar het ZAC**.
- Neem je eigen handdoek en/of matje mee.
- Wij kunnen **geen gebruik maken van de wc**, dus zorg dat je van te voren naar de wc bent geweest.
- Zorg ervoor dat je **sneakers** aan doet waarop je kan dansen op een grasveld of plein.
- **Graag 5 minuten** voor aanvang training verzamelen bij de ingang van het grasveld. Niet eerder komen!
- Bij aankomst kom je direct naar het grasveld en zal je ontvangen worden door een vrijwilliger (herkenbaar aan een geel of oranje vest).
- Ouders/verzorgers mogen niet op het terrein van ZAC komen, halen en brengen gebeurt tot op de parkeerplaats.
- Op het veld word je verder begeleid door de dansdocent en/of assistent. **De dansdocent en assistent gaan lesgeven achter een afzetlijn. Er mag geen fysiek contact zijn met onze dansdocent en assistent. Dansers ouder dan 13 jaar moeten onderling 1,5 meter afstand houden.**
- Na de training ga je direct via de uitgang naar de parkeerplaats waar je opgehaald wordt of naar je eigen fiets/auto.
- Bij slecht weer zal de les een uur van te voren afgezegd worden. Dit zal via de email en/of WhatsApp gebeuren. Indien mogelijk zal er dan eventueel een online les plaatsvinden.

Algemene informatie lessen locatie Zwolle Zuid woensdag

Waar : Locatie Indaba Scouting, Thorbeckelaan 14, Zwolle
Wanneer : Vanaf woensdag 27 mei, [zie aangepast lesrooster hieronder](#)
Tijdsduur les : 45 minuten

Welke groepen

Woensdag : Groep 1-2 Carmen (16.00-16.25uur)
Groep 3-4 Carmen (16.35-17.15 uur)
Groep 3-4 Celie (17.25-18.05 uur)
Groep 5-6 Manon (18.15-18.55 uur)
Groep 6 Roos (19.05-19.45 uur)
Groep 7-8 Roos (19.55-20.35 uur)

Werkwijze

- Dansdocenten, assistenten en dansers komen in **danskleiding naar Indaba Scouting**. De kleding kan eventueel vies worden.
- Neem je eigen handdoek en/of matje mee.
- Wij kunnen **geen gebruik maken van de wc**, dus zorg dat je van te voren naar de wc bent geweest.
- Zorg ervoor dat je **sneakers** aan doet waarop je kan dansen op een grasveld of plein.
- **Graag 5 minuten** voor aanvang training verzamelen bij de ingang van het complex. Niet eerder komen!
- Je zal ontvangen worden door een vrijwilliger (herkenbaar aan een geel of oranje vest).
- Ouders/verzorgers mogen niet op het terrein van Indaba Scouting komen, halen en brengen gebeurt buiten het terrein van Indaba, hierbij graag rekening houden met de omliggende bewoners. Liefst met de fiets komen!
- Op het veld word je verder begeleid door de dansdocent en/of assistent. **De dansdocent en assistent gaan lesgeven achter een afzetlijn. Er mag geen fysiek contact zijn met onze dansdocent en assistent. Dansers ouder dan 13 jaar moeten onderling 1,5 meter afstand houden.**
- Na de training gaan de dansers direct via de uitgang naar de ouders/verzorgers of naar eigen fiets.
- Bij slecht weer zal de les een uur van te voren afgezegd worden. Dit zal via de email en/of WhatsApp gebeuren. Indien mogelijk zal er dan eventueel een online les plaatsvinden.

Algemene informatie lessen locatie Stadshagen

Waar : Locatie Korfbalvereniging Sparta Stadshagen, Nijenhuislaan 2 Zwolle
Wanneer : vanaf woensdag 20 mei
Tijdsduur les : 30 tot 45 minuten (zie lestijden hieronder)

Welke groepen

(zowel de groepen van de woensdag als de donderdag uit Stadshagen zullen **allemaal** op de **woensdag** worden gegeven)

Woensdag	:	Groep 1-2 Verelin en Tessa	(16.30-17.00uur)
		Groep 3-4 Romy	(17:00-17.45 uur)
		Groep 5-6 Romy	(17.45-18.30 uur)
		Groep 7 Jade	(18.30-19.15 uur)
		Groep 8 -klas 1VO Jade	(19.15-20.15 uur)

Werkwijze

- Dansdocenten, assistenten en dansers komen in **danskleding naar Korfbalvereniging Sparta**. De kleding kan eventueel vies worden.
- Er is een looproute op het terrein die gevolgd moet worden, deze wordt aangegeven.
- Neem je eigen handdoek en/of matje mee.
- Wij kunnen **geen gebruik maken van de wc**, dus zorg dat je van te voren naar de wc bent geweest.
- Zorg ervoor dat je **sneakers** aan doet waarop je kan dansen op een grasveld of plein.
- **Graag 5 minuten** voor aanvang training verzamelen bij de ingang van het complex. Niet eerder komen!
- Je zal ontvangen worden door een vrijwilliger
- Ouders/verzorgers mogen niet op het terrein van Korfbalvereniging Sparta komen, halen en brengen gebeurt buiten het terrein van Sparta.
- Op het veld word je verder begeleid door de dansdocent en/of assistent. **De dansdocent en assistent gaan lesgeven achter een afzetlijn. Er mag geen fysiek contact zijn met onze dansdocent en assistent. Dansers ouder dan 13 jaar moeten onderling 1,5 meter afstand houden.**
- Na de training gaan de dansers direct via de uitgang naar de ouders/verzorgers of naar eigen fiets.