



Rozenburg, 18 november 2020

Betreft: Herstart groepslessen vanaf 18 jaar en ouder, en ouder- en kind gym  
Corona update

Geachte leden,

Het bestuur en de leiding heeft natuurlijk ook weer met spanning afgewacht wat de resultaten die bericht werden in de persconferentie voor effecten zouden hebben op de groepslessen. De gedeeltelijke Lock down gaat verder, tijdelijke verzwaringen zijn opgeheven. We mogen weer sporten in groepslessen ([www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl)) ook vanaf 18 jaar en ouder, maar ook voor onze ouder- en kind gym groep.

Het volhouden van de basismaatregelen blijft cruciaal om het aantal besmettingen terug te dringen. Wie klachten heeft, ook mild blijft thuis. Er is een dringend advies om niet-medische mondkapjes te dragen in de publieke binnenruimte van de sporthal. Sporten mag nog zonder mondkapje. Kleedkamers en douches zijn gesloten.

De lessen die herstarten vanaf 19-11-2020:

- Steps en Aerobics
- Bodyshape en Senior Vitaal
- Stoelgym
- Urban/Jazz vanaf 18 jaar
- Hiphop vanaf 18 jaar
- Seniorensport gemengd

Ouder- en kindgym kan doorgaan als de ouders op 1,5 meter van elkaar kunnen bewegen en worden bijvoorbeeld verdeeld in herkenbare groepjes van 2. Er mogen niet meer dan 30 personen in 1 ruimte zijn. Dit is Inclusief de kinderen en technische leiding.

Nu de Sint weer in het land is, worden er in de lessen voor kinderen tot 13 jaar kleurplaten uitgedeeld voor een Excelsior kleurwedstrijd. Wij zorgen dat de Sint ook deze kleurplaten krijgt! Voor onze senioren delen wij binnenkort de Goedheiligman puzzel uit voor de puzzel wedstrijd. Er valt lekkers te verdienen!

Blijf in contact en mail ons op:  
[secretariaatexcelsiorrb@gmail.com](mailto:secretariaatexcelsiorrb@gmail.com) voor al uw ideeën en vragen.

Met vriendelijke groeten,

Namens bestuur & leiding  
Excelsior Rozenburg

