

# HEROPSTART

na corona, afspraken juni 2021

## Hervatting van de turnlessen

Eindelijk eindelijk eindelijk... we kregen groen licht om allemaal terug te turnen in de turnzaal. De +12-jarigen liggen al maanden stil maar van 9 juni tot 25 juni kunnen ook zij terug normaal trainen. Op 26 juni sluiten we het sportseizoen af met onze fietstocht en barbecue. Ben je hiervoor nog niet ingeschreven: doe dit dan snel!

Omdat we alles veilig en correct willen laten verlopen vind je hieronder de nodige informatie en een aantal richtlijnen. We vragen ook nog steeds je hoofdtrainer **te verwittigen indien je niet aanwezig** zal zijn.

## Uurrooster

Omdat we nu meer groepen moeten inplannen, wijzigt het uurrooster terug (lijkt sterk op dat van september). Op het einde van dit document vind je het nieuwe uurrooster.

Opgelet: tussen de lessen door is er minder tijd. Kom op tijd maar zeker niet te vroeg. Iedereen blijft terug buiten wachten tot de trainer de gymnasten komt halen om ze naar de zaal te brengen.

Wij beseffen dat dit aangepaste uurrooster niet voor iedereen ideaal zal zijn, maar dit is de enige mogelijkheid om de lessen voor iedereen georganiseerd te krijgen. Wij hopen dan ook op enig begrip.

## Trainingen

De trainingen zullen er nog steeds licht anders uitzien dan gewoon. Trainers staan misschien iets minder bij en we doen geen contactspelletjes, enz. We hopen het echter voor onze gymnasten zo aangenaam mogelijk te maken zodat ze terug kunnen genieten van hun favoriete sport.

## Turnkring Atlas Tielt vzw

**Maatschappelijke zetel:**  
Kleine Weg 8 - 8700 Tielt  
IBAN BE32 0682 0138 8902  
Website:  
[www.turnkringatlas.be](http://www.turnkringatlas.be)

**Hoofdcoördinator:**  
Oele Demeulemeester  
Beernegemstraat 6  
8700 Tielt  
Tel. 0499 34 27 84  
E-mail:  
[oeledemeulemeester@hotmail.com](mailto:oeledemeulemeester@hotmail.com)

**Voorzitter:**  
Letje Blondia  
Balgerhoekstraat 5  
8750 Wingene  
Tel. 0477 18 40 49  
E-mail:  
[letjebondia@hotmail.com](mailto:letjebondia@hotmail.com)

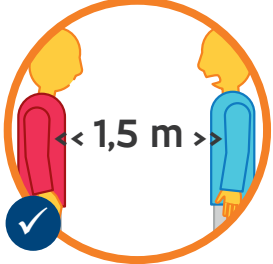
**Secretaris:**  
Ludo Gelaude  
Sint-Amandsstraat 15  
8740 Pittem  
Tel. 051 40 74 89  
E-mail:  
[ludo.gelaude@telenet.be](mailto:ludo.gelaude@telenet.be)

## Algemene principes



Ben je ziek of vertoon je (lichte) ziektesymptomen (hoest, koorts, loopneus, keelpijn, griepsymptomen): **dan blijf je thuis!** Ook als je recent ziek bent geweest of in contact bent geweest met een zieke vragen we je thuis te blijven (10 dagen na ziekte).

Op deze regel zullen we heel strikt toezien en geen enkele uitzondering toestaan!



Houd voldoende afstand! **1,5 meter afstand** is de basisregel.

Contact in de les is niet verboden maar afstand houden kan nooit kwaad.



Was regelmatig de handen. Minstens voor en na elke les! Zowel aan de inkom van de sporthal als in de zaal is er handgel voorzien. Indien gewenst kan je eventueel je eigen handgel meebrengen.



Het dragen van een mondmasker is **in de gangen van de sporthal verplicht (voor +12-jarigen)**.

Tijdens het sporten in de turnzaal is een mondmasker niet verplicht. Voel je je veiliger met masker dan mag je dit wel dragen. Als je het mondmasker uitdoet, voorzie dan een **plastic zakje** om dit veilig op te bergen.



Enkel gymnasten zijn toegelaten in de sporthal. Ouders en andere toeschouwers blijven buiten (ook niet in de gangen rondlopen). Heb je nood aan contact met een trainer dan kan dit via telefoon of e-mail.

## Hoe ziet het naar de les gaan er concreet uit?

- Was je handen voor je vertrekt grondig met water en zeep.
- Ga naar het toilet voor je vertrekt.
- Vervoer: hou je aan de veiligheidsrichtlijnen (afstand!)
- Kom **stipt op tijd** (niet te vroeg, niet te laat). Je kan pas naar de turnzaal als de vorige groep het gebouw heeft verlaten. Een trainer neemt de gymnasten stipt op tijd mee naar boven. Ouders zijn niet toegelaten in het gebouw.
- Kom in turnkledij. Enkel de turnpantoffels kan je aandoen in de

inkom van de turnzaal. Het is momenteel warm genoeg, dus een trainingspak of jas laat je thuis of in de auto achter. De kleedkamers zijn momenteel niet open.

- Drinken tijdens de les is bij het recrea-niveau niet toegestaan. Je hoeft dan ook geen drinkfles mee te brengen.
- Luister goed naar de instructies van de trainer.
- Kom tijdens de les zo weinig mogelijk aan je gezicht. Doe je dit wel ontsmet dan je handen met alcoholgel. Ook de trainer kan voor het gebruik van sommige toestellen vragen je handen te ontsmetten met alcoholgel. Volg deze instructies goed op. Wij zorgen ervoor dat er voldoende gel aanwezig is.
- Raak zo weinig mogelijk gemeenschappelijke zaken zoals deurklinken, trapleuningen,... met de handen aan.
- Na de les begeleidt de trainer de gymnasten naar de voordeur van de sporthal. Verlaat zo snel mogelijk het gebouw en blijf niet rondhangen. Ouders zijn stipt op tijd om hun kinderen buiten aan de inkom op te halen.
- Neem na thuiskomst een douche en was je grondig met water en zeep.

### **Andere aandachtspunten**

- Persoonlijk materiaal zoals rugzak, gsm en juwelen laat je thuis (of in de auto) en breng je niet mee naar de zaal.
- Verjaardagen vieren we niet. Trakteren is dus helaas niet toegestaan.

### **Wat indien er iemand besmet raakt?**

Indien je (lid van turnkring Atlas) besmet bent met het coronavirus, dan ben je niet verplicht om dit aan ons te melden. We vragen echter in het belang van de gezondheid van de andere clubleden om dit wel te doen. Melden kan centraal bij hoofdcoördinator Oele Demeulemeester (0499 34 27 84) Wij gaan zeer discreet met deze informatie aan de slag:

- We wachten niet op de officiële contacttracers. We gaan zelf na met wie de persoon in kwestie de afgelopen week contact heeft gehad binnen onze club. We houden hiervoor nauwgezet aanwezigheidslijsten bij.
- Alle personen die in contact kwamen met de besmette persoon contacteren we telefonisch en raden we aan: waakzaam te zijn voor symptomen, contact met anderen te vermijden en contact op te nemen met de huisarts.
- De lessen voor de groepen die contact hadden met een besmet persoon worden voor 10 dagen opgeschort. Mensen die besmet zijn mogen uiteraard slechts terug meedoen als ze volledig genezen verklaard zijn en de quarantaine afgelopen is.
- Bij dit alles worden geen namen van besmette personen bekendgemaakt. Groepen die geen enkel contact hadden worden niet verwittigd. Houd zelf ook rekening met de privacy van anderen.

## Uurrooster juni 2020

Groep	Geboortejaar	Lesuren
Kleuters (meisjes en jongens)	2015-2016	zaterdag 8.00 tot 8.55 u.
Recrea 7 meisjes	2014	zaterdag 9.05 tot 10.30 u.
Recrea 8 meisjes	2013	zaterdag 9.05 tot 10.30 u.
Recrea 9 meisjes	2012	zaterdag 9.05 tot 10.30 u.
Recrea 10 meisjes	2011	zaterdag 10.40 tot 12.05 u.
Recrea 11 meisjes	2010	zaterdag 10.40 tot 12.05 u.
Recrea 12 meisjes	2009	zaterdag 10.40 tot 12.05 u.
Recrea 13-15 meisjes	2006-2008	woensdag 17.30 tot 18.55 u. zaterdag 13.50 tot 15.15 u.
Recrea 16+ meisjes	2005 en eerder	woensdag 19.05 tot 20.45 u. zaterdag 12.15 tot 13.40 u.
Recrea 7-10 jongens	2011-2014	zondag 10.35 tot 12.00 u.
Recrea 11-12 jongens	2009-2010	donderdag 18.30 tot 19.55 u. zondag 10.35 tot 12.00 u.
Recrea 13-14 jongens	2007-2008	donderdag 18.30 tot 19.55 u. zondag 9.00 tot 10.25 u.
Recrea 15+ jongens	2006 en eerder	donderdag 20.05 u tot 21.30 u. zondag 09.00 tot 10.25 u.
C-niveau -10 meisjes	2015-2012	donderdag 17.00 tot 19.00 u. zaterdag 15.00 tot 17.00 u.
C-niveau 10 meisjes	2011	dinsdag 18.00 tot 19.55 u. zaterdag 15.00 tot 18.00 u.
C-niveau 11-14 meisjes	2010-2007	dinsdag 18.00 tot 19.55 u. vrijdag 17.00 tot 19.30 u. zaterdag 15.00 tot 18.00 u.
C-niveau 15+ meisjes	2006 en eerder	dinsdag 18.00 tot 19.55 u. woensdag 13.30 tot 16.00 u. vrijdag 18.15 tot 20.15 u. zaterdag 16.00 tot 18.30 u.
B-niveau		dinsdag 18.00 tot 19.55 u. woensdag 13.30 tot 16.00 u. vrijdag 18.15 tot 20.15 u. zaterdag 16.00 tot 18.30 u.
Recrea oldies	2003 en eerder	dinsdag 20.05 tot 21.30 u.
Gym-fit dames	1999 en eerder	maandag 19.30 tot 20.30 u.



Dit is een uitgave van  
Turnkring Atlas Tielt. Meer  
nieuws en informatie vindt u op  
[www.turnkringatlas.be](http://www.turnkringatlas.be)