



## Protocol 1 juli 2020

### Voor de les

- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur klachten/symptomen hebt gehad van het Coronavirus. Iemand thuis Corona of in contact geweest met iemand die het heeft? Kom dan 14 dagen niet naar de les na dat hij/zij hersteld is.
- Wanneer je lid bent van THF heb je een mail gekregen om je account voor Eversports te activeren, ons nieuwe inchecksysteem. Download de applicatie op je telefoon of bevestig het account online en schrijf je in bij een les. Wanneer je er niet uit komt stuur je een appje naar 06 38328626. Ben je nog geen lid? Registreer je dan via deze link voor een les: <https://www.eversports.nl/s/the-human-fabrique>
- Kom in sportkleding naar de studio, dus kleed je thuis om, zorg dat je naar het toilet bent geweest en was je handen thuis.
- Het sanitair in de Studio is dicht en alleen bij hoge nood te gebruiken (na gebruik direct zelf reinigen met de daarvoor klaarstaande desinfectie middelen).
- Neem je eigen matje (indien je dit niet hebt neem een grote handdoek mee of koop een FLXBL mat bij de studio), een dekentje en een bidon mee.
- Neem verder zo min mogelijk mee naar de Studio
- Kom tussen de 10 en 5 minuten voorafgaand aan je lestijd naar de Studio. (niet eerder en niet later).
- Parkeer je fiets in het fietsenrek voor de studio of parkeer je auto op de parkeerplaats voor de studio.
- Houd buiten 1,5 meter afstand en vorm een rij voor de ingang(en) van de Studio. De maatregelen kan je op de deur van de studio nogmaals nalezen.

### Binnenkomst

- Houd ten alle tijden 1,5 meter afstand met de docent en andere leden.
- We gaan "per persoon" naar binnen. Er zijn maximaal 2 mensen in de hal en binnenkomst gaat om akkoord van de docent die je bij de ingang verwelkomt.
- Bij binnenkomst plaats je je schoenen in het schoenenrek en daarna desinfecteer je je handen met de spray die op de kachel staat.
- Vervolgens hang je je spullen die je niet nodig hebt in de kleedkamer inclusief waardevolle items. De voordeur is gesloten tijdens de les.
- Vervolgens loop je via de keuken naar binnen met je dekentje, mat, bidon en zoekt een vrije mat uit zo ver mogelijk in de zaal waar je je eigen mat overheen legt. In de studioruimte liggen afgemeten op 1,5 meter matjes klaar. Daar wacht je tot de les start. Mocht je toch no naar de wc moeten vraag dan eerst even aan de docent of dit kan om onnodig passeren van deelnemers te voorkomen.

### **Na de les**

- Wacht op je matje tot je toestemming van de docent hebt de studioruimte te verlaten.
- Na verlaten van de studioruimte loop je naar de keuken om daar opnieuw je handen te wassen
- Vervolgens ga je naar de kleedkamer om daar je spullen te pakken en in de hal je schoenen aan te doen. Opnieuw geldt hier de regel 2 personen per ruimte (keuken, kleedkamer, hal).

### **Wat de studio verder nog doet:**

- Tussen de lessen zit nu 15 minuten. Dit om het weggaande publiek en het komende publiek te scheiden en om ons de tijd te geven de studio na elke les extra te ventileren en te desinfecteren voor de volgende groep. Hierdoor zijn we genoodzaakt sommige lessen 60 minuten te laten duren ipv 75.
- Onze teachers zullen geen tactiele correcties geven en alleen verbale instructies geven. Ook blijven zij op 1.5 meter afstand.
- Na de les kunnen we helaas geen thee schenken en moet iedereen meteen weer de Studio verlaten.
- Onze studio laat voor nu maximaal 10 mensen toe in de Pilates en Yogalessen. En 8 mensen toe in de danslessen.

[www.thehumanfabrique.nl](http://www.thehumanfabrique.nl)

[info@thehumanfabrique.nl](mailto:info@thehumanfabrique.nl)

06 38328682

