

Wij zijn weer open per 1 juli! Reserveer **NU** je vaste sporttijd(en)!

Fysio Fitness Alkmaar (FFA) is weer open per **woensdag 1 juli**. **NL Actief** heeft de afgelopen periode gewerkt aan een **protocol verantwoord sporten voor fitnesscentra in coronatijd**. De branche organisatie trekt daarin samen op met partners van het Platform Ondernemende Sport (POS) en stemmen af met NOC*NSF. Het ministerie van Economische Zaken en Klimaat coördineert de voorwaarden van openstelling. Hieronder de maatregelen die borgen dat u weer veilig en verantwoord kan sporten en bewegen en dat de fitness professionals voldoende worden beschermd.

STARTSIGNAAL: U KUNT NU UW VASTE SPORTTIJDEN DOOR ONS LATEN RESERVEREN. LEES ONDERSTAANDE EN MAIL OF BEL ONS!!!

Verruiming openingstijden

De nieuwe (tijdelijke) openingstijden zijn:

- Maandag t/m vrijdag 7.00 tot 22.00 uur
- Zaterdag 8.00 tot 15.00 uur
- Zondag 9.00 tot 13.00 uur

Sporttijden reserveren

Vaste sportmoment(en) reserveert u via de receptie

Voor het reserveren van vaste sporttijden, voor zowel (indoor als outdoor) groepslessen als fitness stuurt u NU een email tav training@fysiofitnessalkmaar.nl of belt u **072-5151555**. Reserveer DIRECT. Sporttijden kunnen snel vol zitten. U komt dan namelijk op de wachtlijst en zal eerst voor een ander sportmoment moeten kiezen. Bij een afmelding van een lid op de vaste lijst krijgen leden op de wachtlijst automatisch een bericht om zich aan te melden. Heeft u een **onbeperkt abonnement dan mag u op 3 verschillende dagen** een vast sporttijdstip reserveren, voor outdoor mag u wel onbeperkt sporten (daar zijn wij niet gebonden aan maximale aantallen). Mits er 7 dagen van tevoren nog een plek vrij is op andere dagen (naast uw 3 vast gereserveerde tijdstippen) mag u die met een onbeperkt abonnement zelf reserveren via de app.

Incidentele wijziging sportmoment via Sportivity app

Incidentele/éénmalige aan- of afmeldingen van uw sportmoment doet u zelf (kan niet eerder dan **7 dagen van te voren**) via de Sportivity app op uw mobiel/tablet. Bij een afmelding krijgen leden op de wachtlijst automatisch een melding. NO SHOW: Wanneer u zich niet afmeldt voor een vast gereserveerd tijdstip zijn wij genoodzaakt om u van de vaste lijst te halen zodat een andere sporter op uw plek kan sporten. Wanneer u zich wel afmeldt blijft u op de vaste lijst staan. Heeft u de app nog niet gedownload mailt u dan naar info@fysiofitnessalkmaar.nl zodat wij u een nieuwe link kunnen sturen. Vraag onze hulp als het u niet lukt!

Groepslessen vast reserveren

Het uitgebreide groepslesrooster vindt u onderin deze nieuwsbrief. In de legenda bovenin het groepslesrooster maken wij onderscheid in:

- **lessen alleen fysiek in het centrum**
- **lessen die zowel fysiek in centrum als ook thuis via zoom gevolgd kunnen worden**
- **lessen uitsluitend thuis via zoom te volgen**
- **outdoor lessen zonder maximum aantal deelnemers, maar met 1,5 meter afstand**

U mag maximaal 1 les per dag volgen indien u fysiek in het centrum een les volgt (dus niet 2 groepslessen achter elkaar). U verlaat de groepsleszaal via de rode trap.

Fitness zaal vast reserveren

Wilt u de fitness zaal weer betreden dan zitten wij vast aan een beperkt aantal leden tegelijk. Daarom kunt u via de receptie reserveren voor een bepaalde vaste dag(en) en tijdstip. U mag **maximaal 55 minuten** sporten in de fitness zaal. Dan is er 5 minuten wisseltijd voor de volgende groep. Kom zoveel mogelijk in de daluren sporten, tussen 12.00 en 17.00 uur, middels een vaste reservering.

Voor de hygiëne in de fitness zaal vragen wij u het volgende te doen:

- Voor het sporten handen wassen
- Toestellen voor en na gebruik grondig schoon te maken met papier en spray. U heeft een eigen spray die voor u klaar staat.

- Een cardio apparaat mag u maximaal 10 minuten bezet houden
- U verlaat via de nooduitgang de fitnessruimte

Ledenpas verplicht voor het sporten

Het gebruik van uw ledenpas in het centrum is belangrijk, ter bevestiging van uw komst. Bij een reservering rekenen we namelijk op u. Het gebruik van uw ledenpas is verplicht. Deze legt u voordat u begint met sporten op de scan. We hebben twee verschillende scans: een voor fitness en een voor groepsles. Is uw ledenpas kwijt wilt u dan vóór 1 juli een nieuwe komen halen?

Persoonlijke hygiëne

Indien u last heeft van hoesten, niezen en snotneus blijft u dan alstublieft thuis. Leden zullen het niet waarderen als een mede sporter in hun omgeving loopt te hoesten en niezen en ook neus snuiten (papieren zakdoek) graag buiten de openbare ruimtes doen. Indien u overmatig zweet verwisselt u dan regelmatig van shirt en droog u vaak af met de handdoek. Neem een thuis gevulde bidon met water mee en een schone handdoek. Helaas kunt u voorlopig niet in centrum koffie drinken, maar we kunnen wel een **koffie to go** aanbieden voor een buiten onderonsje. Betaling gaat uitsluitend via **incasso of pin**. In verband met de hygiëne zijn de kleedkamers en sauna's gesloten. Wilt u na uw sportperiode via de nooduitgang het centrum verlaten en thuis douchen?

Wij zijn heel erg ingenomen met de dankbare en loyale reacties van leden. Hartelijk dank hiervoor. Velen van jullie zijn blijven doorsporten met onze online lessen, sportmaterialen en video en buitentrainingen. Heeft u geen gebruik gemaakt van deze diensten en bent u op zoek naar een compensatie, van de periode dat FFA de deuren heeft gesloten, stuurt u dan een email tav peggy@fysiofitnessalkmaar.nl Heeft u geen compensatie aangevraagd dan willen wij u hartelijk danken voor uw steun! Wij hebben een kleine attentie voor u klaarliggen!