

## Specifieke regels voor de 5Ritmes-les op donderdag-avond

Het RIVM heeft richtlijnen geschreven en wij zullen deze nauwlettend in de gaten houden en ons hier aan houden.

Dit vragen we ook van onze deelnemers.

Deze specifieke regels zijn een toevoeging voor de bovengenoemde les op de [VEEL GESTELDE VRAGEN EN ANTWOORDEN \(FAQ's\) VAN DANSJELEVEN OVER CORONA-ASPECTEN](#).

### Specifieke regels voor de les van 18:15 uur.

- Kom tussen 10 -15 minuten voorafgaand aan je lestijd naar de zaal.
- Houd buiten 1,5 meter afstand en vorm een rij voor de ingang. De maatregelen kan je op de deur van de studio nogmaals nalezen.
- Desinfecteer je handen met de spray die klaar staat.
- Neem je eigen flesje water mee.
- Kom in dans kleding naar de zaal, dus kleed je thuis om. Neem verder zo min mogelijk mee. Leg je spullen op de daarvoor bestemde plek in de zaal.
- Schoenen kun je in de hal neerzetten.
- We gaan “per persoon” naar binnen. Graag maximaal 2 deelnemers in de hal.

#### Na deze les

- Na de les kunnen we helaas geen thee schenken
- We verlaten de zaal “per persoon” direct na de les. Er komt na deze les een nieuwe groep.
- Graag weer maximaal 2 deelnemers in de hal.
- Desinfecteer eventueel je handen.

### Specifieke regels voor de les van 20:15 uur

- Kom tussen 5 -10 minuten voorafgaand aan je lestijd naar de zaal.
- Wacht tot iedereen uit de vorige groep naar buiten gekomen is. Zorg voor voldoende afstand terwijl zij naar buiten komen en houd 1,5 meter afstand van elkaar.
- De maatregelen kan je op de deur van de studio nogmaals nalezen.
- Desinfecteer je handen met de spray die klaar staat.
- Neem je eigen flesje water mee.
- Kom in dans kleding naar de zaal, dus kleed je thuis om. Neem verder zo min mogelijk mee. Leg je spullen op de daarvoor bestemde plek in de zaal.
- Schoenen kun je in de hal neerzetten.
- We gaan “per persoon” naar binnen. Graag maximaal 2 deelnemers in de hal.

#### Na deze les

- Na de les kunnen we helaas geen thee schenken
- We verlaten de zaal “per persoon” direct na de les.
- Graag weer maximaal 2 deelnemers in de hal.
- Desinfecteer eventueel je handen.

#### Hoe ontmoeten wij elkaar?

Houd 1,5 meter afstand van de docent en andere dansers.

We willen je nadrukkelijk vragen om hier wijs mee om te gaan.

We geven elkaar geen knuffel en raken elkaar ook liever niet aan tijdens het dansen en samen zijn.

Dit is vaak tegen ons gevoel in. Hoe logisch is het om wel even fysiek te begroeten.

Zoek naar een luchtige en creatieve manier om elkaar te begroeten