

***Er is licht***

Beste Yo’s Gym leden

Voordat ik je bijpraat, lees onderaan deze nieuwsbrief ook even de regels die we hanteren. We hebben deze week echt weer hele kleine handdoekjes gespot. Graag een grote handdoek voor over het matje als je geen eigen matje gebruikt en een handdoek voor over het stuur van de spinningbike. De rest van de regels staan onderaan de nieuwsbrief. Dus wel even lezen. Zo na sommige van jullie ernstig toegesproken te hebben, ook even een compliment maken want over het algemeen gaat het prima hoor met het naleven van de regels.

Ben ik blij of ben ik nou niet blij? Ik weet het zelf eigenlijk niet. Aan mijn ontplofte app, felicitaties en positieve apps te zien zou ik blij moeten zijn. Maar waarom voel ik het niet zo. Even voor de duidelijkheid, woensdagavond kwam het bericht dat de sportscholen op 1 juli weer open mogen. Deze datum had ik zelf al in mijn achterhoofd en hier en daar ook al uitgesproken. 1 juli in plaats van 1 september, een maand geleden zou ik een gat in de lucht hebben gesprongen bij het krijgen van dit bericht. En nu niet. Wat is er aan de hand? Ben ik in de twee maanden licht depressief geworden? Zie ik de lol van het openen van de sportschool nog wel in? Wil ik misschien liever met pensioen? Antwoorden: NEEEEEEEEEEEEEEEE, JAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA, NEEEEEEEEEEEEEEEEEEEEE. Ik zal uitleggen waar dit gevoel vandaan komt.

De heropening stond gepland op 1 september, duidelijk. Sporten binnen in de sportschool met de rondvliegende aerosols is voorlopig geen optie, duidelijk, Het OMT durft geen advies te geven, m.a.w. ze wagen zich er niet aan, vinden het nog spannend en weten het ook niet meer, duidelijk. Maar dan wel vervroegd open mogen. Is het kabinet bezweken onder de druk van de sportscholen? Of loopt het nu allemaal opeens niet zo’n vaart meer? Ik denk zelf het eerste. En ik snap dat de druk groot is mede door de voorspelling is dat 50% van de sportscholen het niet gaat overleven als er in september pas groen licht zou komen. En dat is echt wel een heleboel sportschool. Of ik daar bang voor ben? Nee zeg, ik heb jullie. Met zo veel lieve en trouwe leden ga ik het wel redden schrijf ik nu stoer. Om eerlijk te zijn voelt het soms minder stoer hoor. Maar goed, ik was bij de druk op de sportscholen gebleven. Na het zien van een mooi en verhelderend filmpje over de verspreiding van de aerosols en de berichten dat het steeds duidelijker wordt dat de meeste verspreiding binnen plaats vindt en niet in de buitenlucht ben ik een beetje huiverig om weer binnen te gaan sporten. De komende maand ga ik eens rustig afwachten wat de voorwaarden gaan worden om de deuren weer te mogen openen. Ik neem aan dat de intensieve lessen nog niet binnen gegeven mogen worden. Mocht dat wel zo zijn en mijn gevoel zegt dat dat nog te vroeg is dan ga ik mijn gevoel volgen en zal ik afwijken van datgene wat we gaan mogen. Maar ik loop nu behoorlijk op de zaken vooruit. Weer even terug naar nu, naar de buitensportschool.

De buitenlessen worden goed bezocht. Sommige lessen zitten bommetje vol en een heleboel oude en vertrouwde gezichten hebben we gelukkig al terug gezien. Helaas hebben we nog veel mensen niet gezien. Hopelijk kan ik jullie over de streep trekken om vooral toch te komen sporten. Ook al wil je nog niet met een groepsles mee doen omdat dit nog te spannend voor je is, kom dan gewoon een half uurtje cardio doen. Zo lang niets doen is echt niet goed voor je lijf, je hoofd en je weerstand. En echt je kunt ontzettend veilig sporten bij ons. De toestellen staan ruim 1.5 meter uit elkaar en je hoeft elkaar niet in de weg te lopen. Gewoon doen, want buiten dat het goed voor je is vinden wij het ontzettend fijn om je weer terug te zien en even bij te kunnen kletsen.

Voor de mensen die op de ochtend cardio hebben gedaan, wat is het warm he in de zon? Bijna niet te doen. Dat vond ik ook. Dus toen ik hoorde dat we de komende maand vooral nog buiten gaan blijven heb ik nog twee tenten bij Buitenzorg kunnen regelen. Ik appte woensdagochtend en woensdagmiddag om 13.00 uur kon ik ze al ophalen. Is dat snel geregeld en lief of niet? Mocht je nou binnenkort op je fietsje zitten en eindelijk weer een terrasje willen pikken fiets dan even naar het terras van Buitenzorg. Genieten van je koffietje en de mooie plek denk je aan de gezellig tenten die we van hun mogen lenen zodat we weer lekker kunnen sporten. Genoeg verdiende reclame gemaakt en terug naar de tenten. Als alles mee zit worden de tenten zaterdagochtend neergezet en kan je volgende week lekker met een dakje boven je hoofd uit de zon sporten. Ook lekker voor de achterste rij bij de groepsles. Deze rij heeft ook profijt van de extra tenten en zullen vanaf volgende week ook uit de zon staan. Voor nu, vergeet je les niet te reserveren voor volgende week. We laten het 1x per week sporten een beetje los. Er zijn lessen bij waar nog voldoende plekjes vrij zijn, dus kom rustig wat vaker. En omdat de cardio circuitles gemist wordt gaan we die op maandagavond en woensdagavond 18.30-19.30 uur geven. En nu weet ik zeker dat er een paar mensen opspringen van hun zetel en van blijdschap de polonaise gaan lopen. En nu maar hopen dat ze het filmen. We hopen je snel weer te gaan zien. Wij wensen je een mooi pinksterweekend en tot volgende week.

Oeps, bijna vergeten. Het is bijna 1 juni en dan ben ik eindelijk de huurder van een nieuw toekomstig stukje sportschool. Er kan dus geklust gaan worden. Voor het kleine pandje staan drie mooie platanen. Deze gaan voor 1 september de grond uit. Ik zou het jammer vinden om ze om te hakken en ze naar de stort te moeten brengen. Helaas kan ik ze thuis niet kwijt, dus wie wil mag ze hebben. Je mag er ook een, twee of alle drie hebben. Laat het me even weten, neem een emmertje en een schepje mee en je kunt ze uitgraven. Ik hoop echt dat ik er iemand of meerdere iemanden blij mee kan maken. Wie het eerst komt, …………………………. Dus hoort zeg het voor.

En zoals afgesproken nog even de regels.

**Regels i.v.m. Corona:**

* **Er vinden momenteel alleen buitentrainingen plaats, de sportschool blijft dus gesloten!**
* **Ga thuis plassen, was je handen voor vertrek en zorg dat je waterflesje gevuld is.**
* **Kom alleen op afspraak of reservering.**
* **Blijf thuis als je één van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, benauwdheidsklachten, verhoging (vanaf 38 C°).**
* **Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten.**
* **Heb je een eigen matje, neem deze dan mee.**
* **Heb je geen eigen matje, neem dan een handdoek mee die groter is dan het matje.**
* **Vergeet je je handdoek, dan mag je helaas niet mee doen met de les!!**
* **Houdt ten allen tijde 1.5 meter afstand van elkaar, ook bij aankomst en vertrek van het parkeerterrein.**
* **Graag na de les meteen het terrein verlaten. Zoek voor bijkletsen even een ander plekje op.**
* **Volg altijd de aanwijzingen van het personeel op.**
* **Bij hevige regen, wind, onweer en vrieskou gaat de les niet door. Bij twijfel, raadpleeg even de website/Facebook.**

Oeiiiiii, nog net op tijd, de postduif zit al roekoekend te wachten om de nieuwsbrief rond te gaan brengen. Vanaf 5 juni is er een nieuw wachtwoord voor Howathome: **HOWSUMMER20**

**En nu maar hopen dat je het op kon brengen om de nieuwsbrief helemaal uit te lezen hahahaha.**

**De thuissporter die het niet kon opbrengen heeft dan dikke pech.**

Lieve groet, Team Yo’s Gym