



## Laatste Update

Gisteren avond hebben jullie vast net als wij met spanning naar de persconferentie gekeken, en waren eerste heel blij, en daarna verward...wat mag er nu wel en wat mag er nu niet. Geheel volgens de nieuwe traditie van persconferenties op dinsdag 19.00 van premier Rutte, zijn er achteraf gelijk heel veel vragen....hoe zit het nu echt????

Vandaag hebben we de "vertaling" van NL-Actief ontvangen en hierbij komen de nieuwe do's en dont's.

JAAA we mogen gewoon open blijven, Pilates wordt als individuele sport gezien, en niet als team sport. Er is een maximum gesteld van 30 personen per zaal als de 1.5 meter kan worden gewaarborgd. Bij ons betekend dat maximaal 12 in de studio exclusief de trainer, dus daar blijven we altijd flink onder!

Deurbeleid, deden we al dmv afspraken maken en registreren.

Schoonmaken en desinfecteren blijven ook hetzelfde, zelf een mat en materialen meenemen ook.

Kleedkamers waren en blijven dicht, alleen het toilet blijft wel toegankelijk. Neem je spullen mee de zaal en je vak in, ook je buitenschoenen. We maken elke dag alles weer grondig schoon.

De horeca is geheel gesloten, en dat betekend voor ons geen waterkan meer helaas, dus neem eventueel zelf een flesje water mee. Heel jammer dat wel, maar gelukkig mogen we nog door met sporten!

Mocht je toch een les missen omdat je zelf of een huisgenoot wacht op een uitslag van een Corona test, of ben je zelf verkouden? Dan heb je ook de mogelijkheid de les thuis online mee te doen. Ik stuur je dan een link waarmee je kunt inloggen bij GoToMeeting en dan kan je meekijken in de les in de studio!

Daarnaast heb ik een YouTube kanaal waarop ik regelmatig nieuwe filmpjes plaatst van opgenomen lessen van ongeveer 30 minuten. Zo kun je thuis een les volgen op een moment dat het jou het beste uitkomt. Op de filmpjes geef ik een les inclusief aanwijzingen en correcties zodat je thuis ook veilig aan de slag kunt.

Tot gauw!

Manon 06-28302729



Instagram

**Pilates Studio Manon- Vijverweg 2-5683 CX-Best**  
**info@pilatesstudiomanon.nl-www.pilatesstudiomanon.nl**

Wil je geen nieuwsbrieven meer ontvangen? Klik dan [hier](#) om je af te melden.