



Update 18 november 2020

VOORAF

Beste leden, jeugdleden, ouders en/of verzorgers,

Daar zijn we weer! Jullie hebben de laatste tijd nog nooit zoveel nieuwsbrieven van ons ontvangen. We zullen hem kort en krachtig houden en puntsgewijs aangeven wat vanaf morgen (donderdag 19 november) allemaal weer mogelijk is.

FITNESS

Vanaf morgen zal de Vuurzaal weer gebruikt worden voor de lessen Bewegen op Muziek.

In onze app kun je nu ook een fitnessstraining reserveren in de Performance Zaal (krachtzaal). Leden die veel in de Performance Zaal trainen, geven aan dat ze weinig tot niet in de fitnesszaal komen. Omdat ze wel de fitnesszaal reserveren, houden ze voor hun gevoel ruimte bezet in deze ruimte. Daarom hebben we de Performance Zaal als aparte trainingsruimte toegevoegd aan de app. Train je voornamelijk in de Performance Zaal, reserveer je training dan ook in deze ruimte.

Fitnesszaal 30 plekken en in de Performance Zaal 12 plekken beschikbaar.

FITNESSCIRCUIT SENIOREN

Vanaf dinsdag 24 en woensdag 25 november staat Geert weer voor jullie klaar.

SPINNING

Vanaf morgen geven we weer Spinninglessen. Deze kun je vanaf nu al weer reserveren. We zullen in november en december ook extra Spinninglessen aanbieden in het weekend. Houd onze app in de gaten. Aanstaande vrijdagavond staat er al extra les op de planning.

De DVD-lessen blijven ook mogelijk. Elke werkdag om 11:00 uur (m.u.v. maandag & vrijdag) en 17:00 uur.

BOOTCAMP/OUTDOOR FITNESS

Vanaf morgen kunnen we weer in groepjes van 4 personen trainen. Meedoen? Reserveren doe je via de app. De lessen worden gegeven op maandag, woensdag en donderdagavond om 20:00 uur.

BEWEGEN OP MUZIEK

We zijn natuurlijk dolblij dat we vanaf morgen onze groepslessen weer mogen hervatten. Om jullie wat extra inhaal/sportmogelijkheden te bieden, zullen we extra weekendlessen gaan plannen. We proberen de komende weekenden een zo gevarieerd mogelijk programma aan te bieden.

App: MIJN BCD

Wat kun je allemaal met onze app?:

- Duidelijk overzicht van ons lesrooster
- Reserveren van lessen en fitnessstrainingen
- Terugkijken van #BCD@Home lessen
- Nalezen van onze nieuwsbrieven
- Trainingsactiviteiten buiten BCD bijhouden

Om het lesrooster voor jezelf overzichtelijk te maken, met alleen lessen die voor jouw interessant zijn, kun je eigen filters maken. Hoe je dit doet, leggen we uit in een [filmpje](#) (laatste filmpje).

JEUGDLEDEN

Voor alle kinderen t/m 8 jaar gaan we tijdens hun eigen les een Pietenfeestje bouwen. Dit zal op vrijdag 27 november en woensdag 2 december zijn.

De pieten zouden het leuk vinden als de kinderen zich verkleden als een danspiet/klaas, maar dit hoeft natuurlijk niet.

TOT SLOT

We merken dat iedereen goed omgaat met ons tijdelijk beleid en we kunnen alleen maar super blij zijn dat we samen met jullie sportief en fit richting de feestmaand gaan. We gaan het dit jaar al vroeg gezellig maken in BCD met extra lichtjes. Deze week zullen daarom de eerste voorbereidingen al getroffen worden.

Als er vragen/opmerkingen zijn, dat weten jullie ons te vinden.

Blijf fit, gezond en sportief

Met vriendelijke groet,
Bewegingscentrum Drachten

Natasja