



## START AANGEPASTE TRAININGEN

Beste judoka,  
Beste ouder(s),

Goed nieuws! Naar aanleiding van de door de overheid aangekondigde versoepelingen in zake de COVID-19 maatregelen kunnen we weer opnieuw een beetje gaan sporten. Aangezien contact-sporten op zich nog niet toegelaten worden, willen we de fitheid en uithouding van onze judoka's op peil houden door twee wekelijkse conditietrainingen in open lucht te organiseren.

Inmiddels hebben we hiervoor de nodige toelatingen van zowel de stad Sint-Truiden als de Vlaamse Judofederatie verkregen, maar zijn gebonden aan strikte maatregelen die door zowel de deelnemers als de ouders (vervoer) en begeleiders opgevolgd dienen te worden. Deze houden onder meer in dat

- ten alle tijden de sociale afstand van 1.5 meter moet behouden worden
- geen enkel voorwerp tijdens de trainingen mag worden doorgegeven
- iedereen zijn eigen materiaal meebrengt en hiervoor zelf verantwoordelijk blijft
- richtlijnen van de begeleiders ten alle tijden dienen opgevolgd te worden
- de grootte van de trainingsgroep beperkt is tot 19 deelnemers en 1 begeleider
- ouders niet aanwezig kunnen zijn tijdens de trainingsmomenten
- hygiëne (handen en ellebooghoesten) te alle tijden gerespecteerd moet worden
- mocht er alsnog een COVID-19 besmetting optreden, noch de begeleider(s), noch de trainers, noch het bestuur van judoclub Sint-Truiden hiervoor aansprakelijk gesteld kunnen worden
- er geen gebruik gemaakt kan worden van sanitair en kleedkamers

We willen met dit initiatief starten op **26 mei 2020 van 19:30 - 20:30** met de groep 12+ (geboren in 2008 of vroeger) om dit nadien, indien er voldoende belangstelling is, uit te breiden naar onze jongere judoka's die geboren zijn in of tussen 2009-2013.



## START AANGEPASTE TRAININGEN

Daar we beperkt zijn qua deelnemersaantal, maar wel iedereen een gelijke kans willen bieden, hebben we ervoor gekozen om met een inschrijvingsformulier te werken. Enkel de eerste 19 registraties per training zullen bevestigd en uitgenodigd worden. Deze inschrijvingslinken zijn beschikbaar via onze website [www.jcsinttruiden.be](http://www.jcsinttruiden.be) of verder in de mail en worden pas geactiveerd op 23/05/2020 om 9:00.

Indien je een geregistreerde training zou willen annuleren, vragen we je vriendelijk om contact op te nemen met Martine Libens (hoofdtrainer) om deze plaats weer beschikbaar te stellen voor iemand anders.

### Inschrijvingen

Dinsdag	26 mei 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200526">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200526</a>
Vrijdag	29 mei 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200529">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200529</a>
Dinsdag	02 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200602">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200602</a>
Vrijdag	05 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200605">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200605</a>
Dinsdag	09 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200609">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200609</a>
Vrijdag	12 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200612">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200612</a>
Dinsdag	16 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200616">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200616</a>
Vrijdag	19 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200619">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200619</a>
Dinsdag	23 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200623">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200623</a>
Vrijdag	26 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200626">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200626</a>
Dinsdag	30 juni 2020	<a href="https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200630">https://www.formdesk.com/jcsinttruiden/OLT20200630</a>

### Tijdstippen

- Dinsdagen 19:30 - 20:30 (***weersafhankelijk, info via Whatsapp***)
- Vrijdagen 19:30 - 20:30 (***weersafhankelijk, info via Whatsapp***)

### Aangevraagde locaties

- Stadspark, Abdijstraat 45, 3800 Sint-Truiden

### Benodigdheden

- schuimrubber matje
- flesje water
- handdoek
- sportkledij



SECRETARIAAT JC SINT-TRUIDEN  
LEEMSTRAAT 20, B-3800 SINT-TRUIDEN  
SECRETARIS@JCSINTTRUIDEN.BE  
WWW.JCSINTTRUIDEN.BE  
BE80 0010 3731 6077

## START AANGEPASTE TRAININGEN

Indien er verdere vragen mochten zijn, aarzel dan niet om één van onze trainers of bestuurleden te contacteren. De meeste telefoonnummers kan je terugvinden op onze website [www.jcsinttruiden.be](http://www.jcsinttruiden.be)

Wij hopen om jullie allemaal terug te kunnen zien op één van deze trainingsmomenten!

Dank voor het vertrouwen en met de meeste hoogachting,  
Namens bestuur en trainers van JC Sint-Truiden,

S. Pictoel.