

## Protocol Krachttraining G.S.S.V. Tjas

Het is mogelijk om krachttraining te volgen bij Tjas. Deze wordt gegeven op de dinsdag avond tussen 20:45 en 22:30.

Om iedereen de juiste begeleiding aan te kunnen bieden kunnen er per keer zestien (16) Tjassers trainen. Je kunt je hiervoor inschrijven via de sajT. De inschrijvingen zijn te vinden op de ledenpagina.

Omdat er wordt gewerkt met een inschrijving met reservelijst hebben we het volgende protocol opgesteld:

- De inschrijving gaat open op donderdag om 20:45 uur. Je schrijft je dus vijf (5) dagen van tevoren in.
- Je kunt je uitschrijven voor 17:00 uur op de dag van de training. Schrijf je je na deze tijd uit of kom je niet zonder je af te melden, dan krijg je de eerste keer een waarschuwing.
- Per seizoen<sup>\*1\*2</sup> wordt je aanwezigheid bijgehouden.
- Wanneer je onverhoopt niet op tijd uitgeschreven bent voor de krachttraining, laat je dit zo spoedig mogelijk aan de sportcommissaris weten (telefonisch of via e-mail: [sportcommissaris@tjas.nl](mailto:sportcommissaris@tjas.nl)). De bestuursleden beslissen of de reden gegrond is en of de waarschuwing ingetrokken kan worden.
- Vanwege het beperkt aantal leden wat zich kan inschrijven voor de krachttraining werken we met een reservelijst. Als je hier op staat kan het zijn dat je bij afmeldingen toch naar de krachttraining kan. Mocht iemand zich hebben afgemeld, krijg je als eerste reserve een mail waarin staat dat je kan komen trainen. Houd op de dag van de training dus je mailbox goed in de gaten om te zorgen dat je deze mail niet mist en op die manier een waarschuwing krijgt vanwege afwezigheid.

<sup>\*1</sup> Zomerseizoen: Sluiting ijsbaan tot opening ijsbaan

<sup>\*2</sup> Winterseizoen: opening ijsbaan tot sluiting ijsbaan

