

Protocol krachttraining G.S.S.V. Tjas

Het is vanaf nu mogelijk om krachttraining te volgen bij Tjas. De trainingen worden gegeven op woensdagavond (recreanten) van 18:00 – 19:30 en vrijdagavond (hardrijders) van 18:30 – 20:00 bij Personal Training Noord (Oliemuldersweg 97, 9713 VB Groningen).

Om iedereen de juiste begeleiding aan te kunnen bieden kunnen er per keer twaalf 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 dat geldt voor het bestuursjaar 2021-2022:

- De inschrijving voor de recreantentraining gaat open op donderdag om 10:00 uur en voor de hardrijders op zaterdag om 10:00 uur. Je schrijft je dus zes dagen van tevoren in.
- Je kunt je uitschrijven voor 14:00 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. Bij de tweede keer dat je niet komt opdagen zonder afmelding of met een te late afmelding krijg je een boete van **€15 euro**. Bij de derde keer krijg je weer een boete van **€15 euro** en mag het bestuur je onttrekken van deelname aan de krachttrainingen gedurende het lopende seizoen^{*1*2}.
- Per seizoen^{*1*2} 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 (telefoonnummer: 0651756316 of email: sportcommissaris@tjas.nl). De bestuursleden beslissen of de reden gegrond is en of de waarschuwing of boete 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.
- Bij aanvang van de training dient iedereen zich aan te melden door middel van het scannen van de QR-code die op de locatie hangt. Hierin vult een ieder zijn/haar aanwezigheid in. Op die manier kan er bijgehouden worden wie er wel of niet aanwezig was tijdens de training. Wanneer je de QR-code niet hebt gescand en dus het formulier niet hebt ingevuld wordt er vanuit gegaan dat je afwezig was bij de training. Wanneer je wel aanwezig was, maar de QR-code bent vergeten te scannen geef dit dan direct na de training (voor 23:59) aan bij de sportcommissaris (telefoonnummer: 0651756316 of email: sportcommissaris@tjas.nl)

^{*1} Zomerseizoen: Sluiting ijsbaan tot opening ijsbaan

^{*2} Winterseizoen: opening ijsbaan tot sluiting ijsbaan