

SPORTVERENIGING HAGENDOORN

ROTTERDAM-ZUID

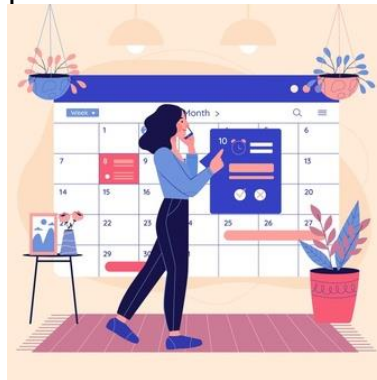
Van het bestuur

Hebben jullie ook genoten van de Olympische Spelen. Ondanks corona heeft Nederland mooie medailles binnengehaald. Helaas lukte dat minder bij de Nederlandse Judoka's.

Gelukkig staan de judoleraren van Hagendoorn weer klaar om het nieuwe seizoen te beginnen. Linda Hagendoorn (hoofddocent, 7e Dan judo en fysiotherapeut) en Cas Teeuwisse (judoleraar en wedstrijdcoach 3e Dan) proberen uw pupil de kneepjes van het judo bij te brengen. Wellicht ligt er voor hen een toekomst op Olympisch niveau op de judomat.

Per 26 augustus gaat het volledige lesrooster weer in. Het aantal judolesen is verder uitgebreid. Ook verandert het rooster van de groepslessen. De groepslessen op vrijdag vervallen. De schudbuis-les vindt voortaan plaats op donderdagochtend. Zie het nieuwe rooster verderop in de nieuwsbrief.

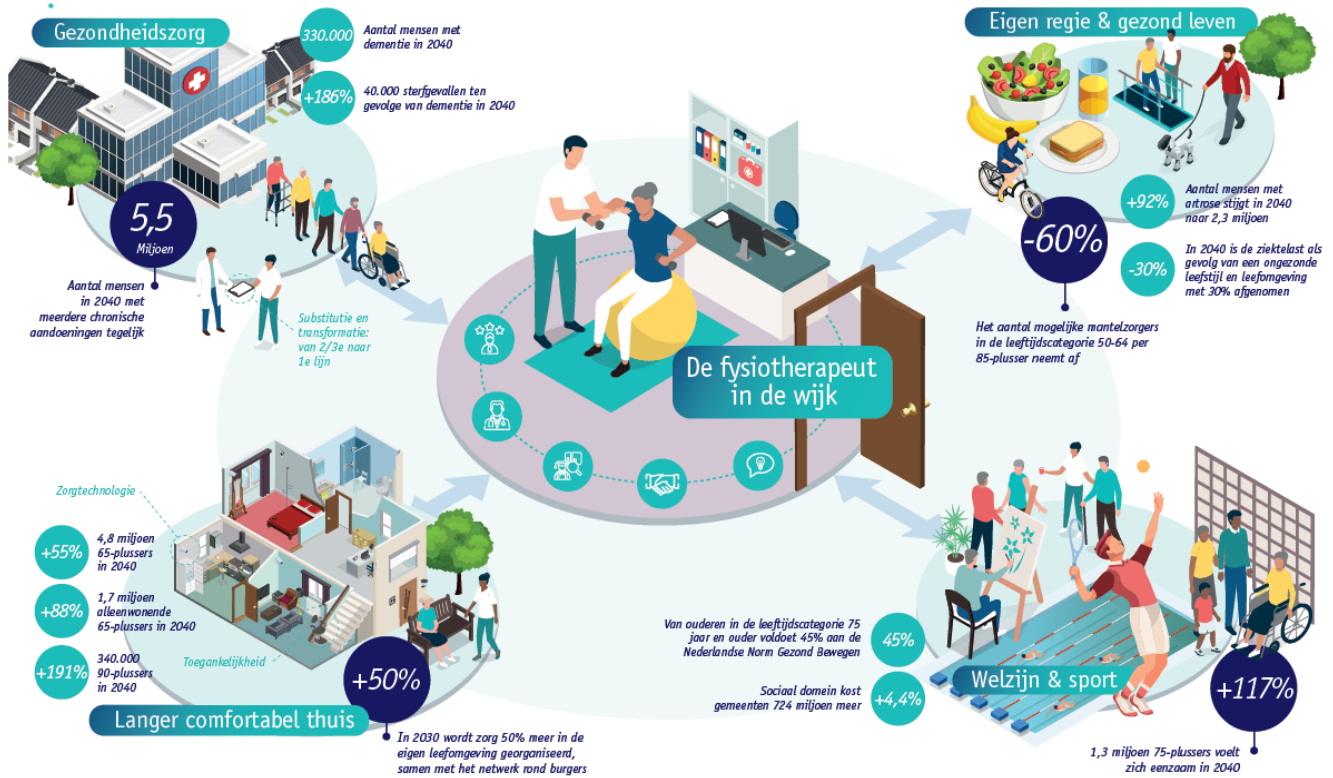
Dit betekent ook, dat wij met in gang van het volledige rooster erop rekenen dat u betaalt voor het aantal lessen dat u volgt per week.



Linda gaat op vrijdag 27 augustus beginnen aan een tweejarige deeltijd masteropleiding (MSc) Fysiotherapie en Wijkgerichte Beweging. De master is bedoeld voor fysiotherapeuten die zich willen ontwikkelen tot professional die de spil vormt rond beweging in de wijk. Wij wensen haar veel succes met de studie! Zie hieronder of klik op de link [infographic master fysiotherapie en wijkgerichte beweging van de Leidse Hogeschool](#).

Master Fysiotherapie en Wijkgerichte Bewegzorg

De juiste bewegzorg op de juiste plek



Opleiding

- > 2 jaar deeltijd, 60 EC, bekostigd, MSc
- > Start 09/2020, 1 dag p.w. contacttijd
- > Leergemeenschap, 6-8 professionals
- > 5 rollen - 13 leernitkomsten

Zorgprofessional

- Jaar 1 Inventariseren en analyseren**
- A1. Inventariseert de individuele behoeften van de burger, gericht op screenen, diagnosticeren, behandelen bij individuele hulpvragen, waarbij de brede (sociale) context van de burger in de wijk wordt betrokken.
 - A2. Coördineert zorg bij individuele hulpvragen van burgers met een hoog risico-profiel en past een interprofessioneel zorgplan op individueel burgersniveau toe op basis van wederzijdse communicatie en interactie met de burger.

Innovator

- B1. Inventariseert en analyseert dominante behoeften ten aanzien van bewegzorg-vraagstukken in de wijk van een specifieke populatie.

Netwerker

- C1. Signaleert scholingsbehoeften en initieert en faciliteert interprofessionele leergemeenschappen in de wijk gericht op zorg- en dienstverlening passend bij de wensen en behoeften van de burger.
- C3. Participaert in een integraal netwerk (bestuur) dat focus op openheid, integriteit en verantwoordelijkheid tussen betrokken organisaties en tussen alle betrokken stakeholders.

Ondememer

- D1. Handelt intersectoraal op basis van kennis over politieke, economische en sociale omgevingsfactoren rond integrale zorg- en dienstverlening.
- D2. Draagt bij aan de afstemming van de kaders waarin wet- en regelgeving plaatsvindt gericht op processen rondom intersectorale samenwerking, coördinatie en continuïteit van zorg.

Onderzoeker

- E1. Formuleert vanuit praktijkvragen een onderzoeksvraag en doet systematisch bronnenonderzoek en interpreteert het beschikbare bewijs en/of best practices.
- E3. Reflecteert op het eigen handelen en verantwoordt dit. Stelt reflectieve en onderzoekende vragen over het handelen van professionals waarmee wordt samengewerkt.



Onderwijsseenheid 1 - 10 EC
'Focus op de wijk'



Onderwijsseenheid 2 - 10 EC
'Burger in de wijk centraal'



Onderwijsseenheid 3 - 10 EC
'Organisatie van zorg en welzijn'

Jaar 2 Ontwikkelen en implementeren

- B2. Initieert en implementeert waarde-toevoegende wijk-gerichte diensten en producten met betrekking tot bewegzorg gericht op het creëren van een optimaal en integraal zorg- en dienstverleningsproces voor de individuele burger, in co-creatie met belanghebbenden.

- C2. Initieert, implementeert en evalueert interprofessionele samenwerking om gezamenlijk op zorg- en welzijnsvraagstukken van burgers passende zorg- en welzijnsplannen te maken.

- D3. Ontwikkelt beleid gericht op een strategische en integrale aanpak bij complexe zorgvraagstukken in de wijk, met oog voor kosteneffectiviteit, financieringsmogelijkheden, wet- en regelgeving.

- E2. Benut de aanwezige kennis en resultaten van het bronnenonderzoek en initieert onderzoek om passende diensten en producten te ontwikkelen en te (de)implementeren.

Rooster m.i.v. 26 augustus

MAANDAG		Lestijd	Aankomsttijd	Vertrektijd
Fitness	binnen	08:00 tot 11:30 uur		
Powergym	buiten	09.30 tot 10:15 uur	09:25 uur	10:50 uur
Fitness	binnen	17:00 tot 21:00 uur		
Judo (4-8 jr)	binnen	17:00 tot 17:45 uur	16:55 uur	17:50 uur
Judo (8-12 jr)	binnen	18:00 tot 18:45 uur	17:55 uur	18:50 uur
Judo (12-18 jaar)	binnen	19:00 tot 20:00 uur	18:55 uur	19:50 uur
Judo (> 18 jaar)	binnen	20:00 tot 21:00 uur	19:55 uur	21:10 uur
DINSDAG				
DINSDAG		Lestijd	Aankomsttijd	Vertrektijd
Fitness	binnen	08:00 tot 11:30 uur		
Fysiogym	buiten	10:00 tot 10:45 uur	09:50 uur	10:50 uur
Fitness	binnen	16:15 tot 21:00 uur		
Tabata 14+	buiten	19:15 tot 20:00 uur	19:10 uur	
Judo (4-8 jr)	binnen	16:15 tot 17:00 uur	16:10 uur	17:05 uur
Judo (8-12 jr)	binnen	17:15 tot 18:00 uur	17:10 uur	18:05 uur
Judo (12-18 jaar)	binnen	18:00 tot 19:00 uur	17:55 uur	19:05 uur
WOENSDAG				
WOENSDAG		Lestijd	Aankomsttijd	Vertrektijd
Fitness	binnen	19:00 tot 20:30 uur		
Do-In Yoga	binnen	19:30 tot 20:30 uur	19:20 uur	20:40 uur
DONDERDAG				
DONDERDAG		Lestijd	Aankomsttijd	Vertrektijd
Schudbuis	buiten	09:00 tot 9:45 uur	08:55 uur	09:50 uur
Do-In Yoga	binnen	09:45 tot 10:45 uur	09:40 uur	10:50 uur
Fitness	binnen	18:00 tot 21:30 uur		
Judo (4-10 jaar)	binnen	18:15 tot 19:00 uur	18:10 uur	19:05 uur
Judo (10-18 jaar)	binnen	19:00 tot 19:50 uur	18:55 uur	19:50 uur
Judo (> 18 jaar)	binnen	20:00 tot 21:30 uur	19:55 uur	21:40 uur
VRIJDAG				
VRIJDAG		Lestijd	Aankomsttijd	Vertrektijd
Fitness	binnen	08:00 tot 11:30 uur		
ZATERDAG				
ZATERDAG		Lestijd	Aankomsttijd	Vertrektijd
Judotraining	binnen	08:30 tot 09:45 uur	08:20 uur	09:55 uur
Fitness	binnen	08:00 tot 11:30 uur		
Conditiegym	buiten	10:00 tot 10:45 uur	09:55 uur	11:00 uur

Hier houden wij ons aan; nog steeds!

1,5m SOCIALE AFSTAND, buiten de sportlessen om; zo voorkomen wij besmettingen en kunnen we open blijven !!!

KOMEN EN GAAN; *kleed je thuis om*, kom in je sportkleding naar de les. Kleedkamer en douches blijven nog gesloten, omdat we niet goed kunnen ventileren en de 1,5 m niet kunnen handhaven.

Deelname per groepsles is MINIMAAL 6 personen
VOORAF INSCHRIJVEN via email info@svhagendoornr-z.nl of
WhatsApp 06-13047266

VUL DE PRESENTIELIJST IN; in de tent of hal van binnenkomst:
Voor de judolessen is er een andere lijst.

10 MINUTEN VOOR HET AANVANGSTIJDSTIP BEN JE WELKOM op de accommodatie, tenzij anders aangegeven in het sport specifieke protocol.

BRENGEN EN HALEN VAN KINDEREN

Het heeft sterk de voorkeur dat kinderen zelf naar de training komen. Als het echt niet anders kan, mogen ouders/verzorgers brengen en halen (één ouder/verzorger). Het is dan wel de bedoeling dat de ouders/verzorgers daarna weg gaan, of gaan zitten op het buitenterras en een consumptie bestellen.

GEBRUIK VAN EEN BIDON, HANDDOEK EN ZAKDOEKEN

Breng een eigen handdoek en bidon met water mee. **De bidon kan niet bij de vereniging worden gevuld.** Vergeet ook je papieren zakdoekjes niet.

PERSOONLIJKE HYGIËNE

De toiletten zijn te gebruiken, meld het vooraf even, daarna graag zelf de contactpunten desinfecteren. Ga voorafgaand aan de lessen thuis naar het toilet en was je handen met zeep en warm water, minimaal 20 seconden.

VEILIGHEID- EN HYGIËNEREGELS VOOR IEDEREEN

- blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf ook thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten laten gaan;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 10 dagen na dit laatste contact.;
- wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts, ga dan direct naar huis;
- houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van ieder andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor sportende met een docent);
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.

GEBRUIK VAN DE FITNESSZAAL

- Houd de afstand in acht
- Reinig het te gebruiken toestel **VOORAF** aan de oefening
- Neem een handdoek mee

Gevonden voorwerpen

Helaas passen niet al onze leden goed op hun spullen. Er blijven regelmatig waterflesjes, schoenen, kleding enz. achter. Wij verzamelen deze spullen in ton. Iedere maand voeren wij dit af naar de Roteb. Ben je iets vergeten? Check het snel. In september gooien wij het weg.



Heeft een u
de vereniging;
helpt u ons aan



hart voor
nieuwe leden?

**BRENGT U GERUST VRIENDEN & BEKENDEN MEE voor een proefles,
ALLERLEI SOORTEN LIDMAATSCHAPPEN MOGELIJK**

Losse lessen
Strippenkaart
1 x per week
Of onbeperkt

Kom meedoen !

Onze vrijwilligers, bedankt!



In september gaan we weer een nieuwe periode in. Hoe het allemaal precies gaat lopen is nog niet zeker. Maar wel is zeker dat we de hulp van alle vrijwilligers weer heel goed kunnen gebruiken.

Laten we een terugblikken naar de afgelopen maanden. Ondanks alles is de vereniging open gebleven. Weliswaar met wat kleine aanpassingen. Toch zijn we blijven sporten. Maar daar hoorde ook bij dat alles bemenst moest zijn. De zaal en toiletten fris en hygiënisch moesten zijn. Er toch weer koffie geserveerd moest worden en het pand toegankelijk moest zijn. Het bestuur is heel erg blij dat er een vaste groep vrijwilligers klaarstaat. Maar we kunnen altijd extra hulp gebruiken.

Onlangs is het hele pand weer grondig schoongemaakt. Is er een mooie keukenblokje gemaakt in de hal. Zijn de tenten buiten weer gestabiliseerd en aangepast aan de weersomstandigheden. Het grasveld is weer goed bijgehouden en we hebben een prachtig afdakje voor de bezems en andere hulpstukken. Ook zijn er schotten bij dojo geplaatst. Het lijkt allemaal zo vanzelfsprekend, maar zo is het niet. Het moet allemaal wel gebeuren. En gelukkig staan we samen sterk.

Daarom bedanken wij hier bij alle vrijwilligers van SV Hagendoorn r-z heel hartelijk voor al hun inzet.

Hieronder een paar foto's van wat onze vrijwilligers allemaal doen.

