

	BUITEN lessen HOOFDVESTIGING	ZOOM Online lessen	BUITEN lessen NESSELANDE
M a	09.10-10.00 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen) 10.10-11.00 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen) 16.00-16.50 Street/HipHop kids groep 4 t/m 8 17.00-17.50 Street/HipHop Teenage 12+ All levels 18.00-18.50 Feminin Dance Class Teenage t/m 27 jaar 19.00-19.50 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen)	09.10 -10.00 Total body Workout Zoom 10.10-11.00 Fit & Fun Zoom 16.00-16.50 Bij slecht weer extra HipHop kids via Zoom 17.00-17.50 Bij slecht weer extra HipHop teens via Zoom 18.00-18.50 Modern/Jazz Zoom 19.30-20.20 Total Body Workout Zoom	Lesrooster start Vanaf maandag 1 maart 2021 16.00-16.50 Jazzdance kids groep 4/5/6 17.00-17.50 Clipdance kids groep 6/7/8
D i n	09.00-09.50 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen) 11.00-11.50 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen) 16.00-16.50 Showdance/Acting & Dancing kids 17.00-17.50 Tapdance Alle leeftijden op platen	10.00-10.30 Buikspierkwartier & stretch Zoom 16.00-16.50 Bij slecht weer extra Showdance via Zoom 17.00-17.50 Bij slecht weer extra Tapdance via Zoom 18.10-19.00 Klassiek kids 7/8 + teenage Zoom 19.10-20.00 Total Body Workout Zoom 20.10-21.00 Zumba Zoom 21.10-22.00 Jazzdance All Levels Zoom	16.00-16.50 Street/HipHop kids groep 4 t/m 7 17.00-17.50 Street/HipHop kids groep 8 + teenage
W o e	09.00-09.50 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen) 10.00-10.50 Peuterdans 3 tot 4 jaar 13.00-13.50 ADV/ Swing & Dance groep 1/2 14.00-14.50 Jazzdance kids groep 3/4/5 15.00-15.50 Urban jazz Dance kids groep 6/7/8 16.00-16.50 Clipdance kids groep 4 t/m 8 17.00-17.50 Street/HipHop kids groep 6/7/8 18.00-18.50 Street/HipHop teenage 19.00-20.00 DIVA Dance 14 tot 27 jaar All Levels 20.00-20.50 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen) 18.00-18.50 Kinderfitness op het grasveld	09.00-09.50 Total body Workout Zoom 10.00-10.50 Bij slecht weer extra peuterdans via Zoom 13.00-13.50 Bij slecht weer ADV/ Swing & Dance groep ½ via Zoom 14.00-14.50 Bij slecht weer Jazzdance kids groep 3/4/5 via Zoom 15.00-15.50 Bij slecht weer Urban jazz kids groep 6/7/8 via Zoom 16.00-16.50 Bij slecht weer Clipdance kids groep 4 t/m 8 via Zoom 17.00-17.50 Bij slecht weer Street/HipHop kids groep 6/7/8 via Zoom 18.00-18.50 Bij slecht weer Street/HipHop teenage via Zoom 19.00-20.00 Bij slecht weer DIVA Dance 14 tot 27 jaar All Levels via Zoom 20.00-20.50 Just Dance All Levels Zoom 21.00-21.50 Pilates Zoom	11.00-11.50 Peuterdans 3 tot 4 jaar 13.00-13.50 ADV kids groep ½ 14.00-14.50 Jazzdance kids groep 4 t/m 8 15.00-15.50 HipHop kids groep 3/4/5 17.00-17.50 Street/HipHop kids groep 6/7/8 18.00-18.50 Street/HipHop kids 12+
D o r	09.10-10.00 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen) 10.10-11.00 Bootcamp 3 x 4 tallen (12 personen) 16.00-16.50 Jazzdance kids groep 4 t/m 8 17.00-17.50 Street/HipHop kids 4 t/m 8 18.00-18.50 Afro Vibes kids groep 4 t/m 7 19.00-19.50 Afro Vibes groep 8 + teenage	09.00-09.50 Combi-les Zoom 10.00-10.50 Fit & Fun Zoom 16.00-16.50 Bij slecht weer Jazzdance kids gr 4 t/m 8 via Zoom 17.00-17.50 Bij slecht weer Street/HipHop kids 4 t/m 8 via Zoom 18.00-18.50 Bij slecht weer Afro Vibes kids gr 4 t/m 7 via Zoom 19.00-19.50 Bij slecht weer Afro Vibes gr 8 + teenage via Zoom 20.00-20.50 Total Body Workout Zoom 21.00-21.50 Stretch & Relax Zoom	16.00-16.50 ADV kids groep 1/2 17.00-17.50 Jazzdance kids 10 t/m 14 jaar
V r y	15.00-15.50 Peuters/ADV/Kids swing & Dance 16.00-16.50 Voorselectie DP Jazzdance 17.00-17.50 Show/Jazzdance kids groep 6/7/8 18.00-18.50 Dance Pioneer kids Jazzdance 19.00-20.30 DP Teenage & Adults Talent Class	09.00-09.50 Total Body Workout Zoom 10.00-10.50 Fatburning Dance Workout Zoom 15.00-15.50 Peuters/ADV/Kids swing & Dance Zoom 16.00-16.50 Bij slecht weer Voorselectie DP Jazzdance via Zoom 17.00-17.50 Bij slecht weer Show/Jazz kids gr 6/7/8 via Zoom 18.00-18.50 Bij slecht weer Dance Pioneer kids Jazz via Zoom 19.00-20.30 Bij slecht weer DP Teenage & adults Talent Class via Zoom	15.30-16.20 Klassiek/modern/combi les kids gr 3/4/5 16.30-17.20 Jazzdance kids groep 6/7/8
Z A	09.00-09.50 Peuterdans 3 en 4 jaar 10.00-10.50 Jazzdance kids groep 3/4/5 11.00-11.50 Swing & Dance & ADV kids groep 1/2 12.00-12.50 Selectie kids & voorselectie Tapdance 13.00-13.50 HipHop kids groep 3/4/5 14.00-14.50 HipHop kids groep 6/7/8 + teenage 15.00-15.50 Boys Class	09.00-09.50 Total Body Workout 10.00-10.50 Bij slecht weer Jazzdance kids groep 3/4/5 via Zoom 11.00-11.50 Bij slecht weer Swing & Dance & ADV kids via Zoom 12.00-12.50 Bij slecht weer Selecties Tapdance Zoom via Zoom 13.00-13.50 Bij slecht weer HipHop kids 3/4/5 via Zoom 14.00-14.50 Bij slecht weer HipHop kids + teenage via Zoom 15.00-15.50 Bij slecht weer Boys Class via Zoom	10.00-10.45 Peuterdans 3 en 4 jaar 11.00-11.50 ADV/Kids Swing & Dance groep ½ 12.00-12.50 Show/Jazzdance kids gr. 3 t/m 6 13.00-13.50 Clipdance kids groep 4 t/m 8 14.00-14.50 Talent Class Jazzdance techniek Class 15.00-15.50 Boys Class
Z o	10.00-10.50 Jazzdance kids groep 4 t/m 8 11.00-12.00 Universal Dance crew training 12.15-13.45 Phrases Training	Geen Zoomlessen op zondag	www.dpfc.nl 010-4557995



Hierbij ons nieuwe aangepaste lesrooster met BUITEN lessen & ZOOM lessen voor zowel omze Hoof dvestiging als onze nevenvestiging te Nesselande. Het rooster kan ingedeeld worden in 3 studio's; **Paars = Buiten lessen hoofdvestiging** **Blauw = Zoom lessen Online** **Rood = Buiten lessen te Nesselande** Als de weersomstandigheden niet goed zijn, bijvoorbeeld bij regen, verplaatsen sommige lessen direct naar het Zoom rooster (middelste kolom) In Nesselande kunnen alle leden uiteraard ook meedoen met ons Zoomrooster als bij slecht weer de lessen buiten geen doorgang kunnen vinden. Het Zoomrooster is door de buitenlessen wel aangepast! Kijk dus goed naar bovenstaand lesrooster voordat jullie inloggen of naar DPFC komen. Wij hebben alle leden een Corona Update verzonden d.d. 24-02-2021 via de mail. Heeft u deze Update niet ontvangen? Bel of mail ons dan even!

De versoepeling van de maatregelen en het bewegen in groepsverband op onze buitenterreinen is alleen verantwoord als wij ons allemaal aan de benodigde maatregelen houden. Iedereen mag van ons verwachten dat wij hier streng op zullen toezien en onze verantwoordelijkheid blijven nemen gedurende deze pandemie. Niemand hoeft zich van te voren telefonisch aan te melden voor de lessen. De verplichte registratielijsten worden ter plekke gemaakt door 1 van onze handhavers (te herkennen aan de gele hesjes) **Attentie; Bootcamp is alleen voor volwassen Fitness leden en kunnen alleen op telefonische afspraak!**
De 1,5 meter afstand nemen wij allemaal in acht ook tijdens de buitenlessen!

DPFC heeft 2 buitenlocaties (eigen terrein):

1. De parkeerplaats ACHTER het pand van de hoofdvestiging aan de Kromhoutstraat 13
2. De parkeerplaats voor onze Nevenvestiging te Nesselande aan de Groeneweg 34b

Leden kunnen 5 minuten voor aanvang van de les bij DPFC aankomen en zullen na het einde van de les ook weer direct richting huis vertrekken. DPFC heeft minimaal 1 persoon buiten staan voor de handhaving te herkennen aan de gele vestjes. Bij eventuele vragen is het wenselijk dat u dit telefonisch doet door met de receptie te bellen. Ouders kunnen niet naar de docent lopen voor vragen, wel kunt u eventueel terecht bij de handhavers.

Hoofdvestiging; Iedereen loopt zelfstandig (dus ook de kinderen) aan de linkerzijde van DPFC (via onze oprijlaan) naar de achterkant richting de parkeerplaats waar de les zal plaatsvinden en de docent iedereen zal ontvangen. Aan het einde van de les lopen alle leden richting het grasveld, aan de rechterkant van DPFC, waar de ouders de kinderen kunnen opvangen om terug naar huis te gaan en de volwassenen zelf direct via het grasveld zullen vertrekken. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is. Indien uw kind oud genoeg is om zelf met de fiets te komen, heeft dit de voorkeur. De zogenaamde eenrichting route is zeer belangrijk om de lesovergangen veilig en goed te laten verlopen. De lessen zullen 50 minuten duren om de overgang van 10 minuten rustig en zorgvuldig te laten verlopen.

Nesselande; Iedereen loopt zelfstandig (dus ook de kinderen) over de houten brug richting ons parkeerterrein. Auto's kunnen niet meer op de parkeerplaats terecht dus kom allemaal met de fiets! Tijdens de les zal de deur op de houten brug worden gesloten. Na de les gaan alle leerlingen direct terug naar huis. De lessen zullen 50 minuten duren om de overgang van 10 minuten rustig en zorgvuldig te laten verlopen. De leerlingen van de volgende les mogen pas over de brug naar binnen lopen als ons parkeerterrein leeg is!

Omkleden doen we thuis en wij vragen aan iedereen de handen te wassen voordat je van huis vertrekt. Kleedruimten zijn dan NIET toegankelijk op de locatie. Ook het toiletgebruik is niet toegestaan en kan alleen in geval van hoge nood worden toegelaten. Daarvoor zullen wij slechts 1 toilet open mogen stellen (receptie toilet). Bij kinderen zal de aangewezen DPFC handhaver meelopen met de kinderen naar binnen. De voorkeur gaat ernaar uit dat iedereen zoveel mogelijk alleen thuis het toilet zal gebruiken.

De lessen gaan door bij alle temperaturen. Het enige moment dat de lessen niet door gaan is als het bij aanvang van de les regent. Begint het te regenen tijdens de les, dan zal de les gestopt worden. Wij gaan er vanuit dat alle ouders de weersvoorspelling ook in de gaten houden en de kinderen op komen halen als het regent. Kinderen die zelf met de fiets komen, kunnen in dat geval zelf naar huis fietsen. Net als de ouderen. Mocht er in de ochtend veel regen worden voorspelt dan kunt u altijd telefonisch contact opnemen met onze receptie alvorens van huis te vertrekken.

