

#### Zomervakantie 2020

In de zomervakantie hebben wij een aangepaste openstelling. Wij houden ons, ook in de vakantie, aan de richtlijnen van het RIVM en Protocol Verantwoord Zwemmen. Douches mogen weer gebruikt worden om af te spoelen, mits er 1,5-meter afstand gehouden wordt. Shampoo gebruik is nog niet toegestaan.

**Vrijzwemmen is er voor kinderen tot en met 17 jaar (diploma verplicht!), zij hoeven geen 1,5-meter afstand te houden. Hiervoor is reserveren verplicht. Naast het vrijzwemmen is er een half bad beschikbaar om banen te zwemmen. Wij wachten op goedkeuring voor versoepeling. Mocht dat er zijn, laten we het weten!**

Vanaf maandag 31 augustus volgen we weer onze reguliere openstelling. Namens het hele team van Optisport Rijswijk wensen wij u een prettige zomervakantie!

#### MAANDAG

09.00 – 09.45	Zed & Sop Regulier
09.45 – 10.30	Zed & Sop Regulier
10.30 – 11.15	Zed & Sop Regulier
12.00 – 13.00	Banenzwemmen
<b>13.00 – 16.00</b>	<b>Vrijzwemmen / Banenzwemmen</b>
19.00 – 20.00	Banenzwemmen
20.00 – 20.40	Aqua'Swimba
20.15 – 21.30	Banenzwemmen
20.45 – 21.30	Aqua'Varia (ondiep)

#### DINSDAG

07.00 – 08.00	Banenzwemmen
08.00 – 09.00	Banenzwemmen
08.30 – 09.10	Aqua'Vitaal
09.00 – 10.00	Banenzwemmen
09.10 – 09.50	Aqua'Vitaal
09.50 – 10.30	Aqua'Vitaal
10.00 – 11.00	Banenzwemmen
10.30 – 11.10	Aqua'Vitaal
11.00 – 12.00	Banenzwemmen
11.10 – 11.50	Aqua'Vitaal
11.50 – 12.30	Aqua'Vitaal
12.00 – 13.00	Banenzwemmen
13.00 – 14.00	Aqua'Varia

#### WOENSDAG

07.00 – 08.30	Banenzwemmen
09.00 – 09.45	Zed & Sop Regulier
09.45 – 10.30	Zed & Sop Regulier
10.30 – 12.00	Liz & Wes (instuif)
12.00 – 13.00	Banenzwemmen
<b>13.00 – 16.00</b>	<b>Vrijzwemmen / Banenzwemmen</b>

19.00 – 20.00	Banenzwemmen
20.00 – 21.00	Aqua'Robics (45 min.les)
20.15 – 21.30	Banenzwemmen

#### DONDERDAG

07.00 – 08.30	Banenzwemmen
12.00 – 13.00	Banenzwemmen
<b>13.00 – 16.00</b>	<b>Vrijzwemmen / Banenzwemmen</b>
20.15 – 21.30	Banenzwemmen
20.30 – 21.30	Aqua'Robics (45 min.les)

#### VRIJDAG

07.00 – 08.00	Banenzwemmen
08.00 – 09.00	Banenzwemmen
09.00 – 10.00	Banenzwemmen
09.10 – 09.50	Aqua'Vitaal
09.50 – 10.30	Aqua'Vitaal
10.00 – 11.00	Banenzwemmen
10.30 – 11.10	Aqua'Vitaal
11.00 – 12.00	Banenzwemmen
11.10 – 11.50	Aqua'Vitaal
11.50 – 12.30	Aqua'Vitaal
12.00 – 13.00	Banenzwemmen
13.00 – 14.00	Aqua'Slank (18wk)

#### ZATERDAG

Bad verhuur	Zwemscholen/Verenigingen
-------------	--------------------------

#### ZONDAG

08.45 – 10.00	Banenzwemmen
<b>10.15 – 12.15</b>	<b>Vrijzwemmen / Banenzwemmen</b>
12.30 – 13.30	Banenzwemmen