

BUDO TOP NEDERLAND ONLINE DOJO

Allereerst hopen wij dat jullie in goede gezondheid zijn en dat jullie de eerste twee weken dat de club noodgedwongen is gesloten goed zijn doorgekomen. De maatregelen raken iedereen, maar de afgelopen weken heeft ons ook op een positieve manier geraakt. We zijn namelijk erg dankbaar en ontroerd door alle steun die we van jullie hebben mogen ontvangen en enthousiaste reacties op de trainingsvideo's en werkbladen.

Nu de club van het kabinet langer dicht moet blijven willen wij onze online diensten verder voor jullie uitbreiden. De afgelopen twee weken hebben wij dan ook hard gewerkt om een online platform te ontwikkelen voor de periode zolang de maatregelen duren. Op www.budotopnederland.nl/online-lessen vind je elke week nieuwe trainingsvideo's en werkbladen. Er is een lesrooster gemaakt voor de dagelijkse livestream trainingen die via Zoom te volgen zullen zijn. Er komt ook een agenda met leuke online evenementen zoals een Q&A met een topsporter en een quiz waarbij je prijzen kunt winnen. Elke zondag zal er een workshop gegeven worden over verschillende thema's. De trainingsvideo's zullen we ook via whatsapp blijven delen en uiteraard kan iedereen video's sturen naar de sensei die wij zullen voorzien van tips en tops.

Voor ons allemaal is de komende periode nog onzeker. Het is allemaal anders dan we gewend zijn en graag zouden willen. Maar op een andere manier in beweging blijven is nog altijd beter dan helemaal niet meer bewegen. Wij hopen dat wij op jouw support mogen blijven rekenen zodat we niet alleen nu maar ook in de toekomst voor je klaar kunnen staan. Om jullie nu alvast te bedanken hebben we bij deze nieuwsbrief een kortingsbon toegevoegd voor een Nihon karate-/judopak, Arawaza Kata deluxe pak, Nihon vuistjes of een Starpro stootkussen. Wanneer de club weer open mag is deze t/m het einde van 2020 bij ons te verzilveren. Het is een klein gebaar maar weet dat onze dankbaarheid groot is.

Als er vragen zijn omtrent de maatregelen kan je de FAQ op onze website downloaden. Mocht je vraag er niet tussen staan of als we je ergens anders mee van dienst kunnen zijn dan horen wij het graag via een belletje of whatsapp.

ZOOM LIVESTREAM TRAININGSROOSTER (start vanaf maandag 6 april)

Maandag:	GDS 2-5 jaar en karate beginners 6-11 jaar	17.00-17.30 uur	Sayra
	Wedstrijdtraining karate	17.45-18.15 uur	Sayra
Dinsdag:	Judo 6+ jaar	17.00-17.30 uur	Kitty
Woensdag:	Karate 8-11 gevorderden en 12+ jaar	19.00-19.30 uur	Sayra
Donderdag:	Boxing en conditie (ook voor ouders)	19.00-19.30 uur	Kitty
Vrijdag:	Karate alle leeftijden en niveau's	17.00-17.30 uur	Sayra
Zaterdag:	GDS en judo beginners	10.45-11.15 uur	Kitty
Zondag:	Workshops (ook voor ouders)	17.00-17.30 uur	Wisselend
	Conditie karate/judo/boxing/ouders	17.45-18.15 uur	Wisselend

ZOOM LIVESTREAM KENNISMAKING

Omdat trainen via Zoom voor ons ook een nieuwe ervaring is en sommige van jullie ook nog nooit met Zoom hebben gewerkt, zal deze week in teken staan van kennismaken met trainen via Zoom. De trainers zullen dan alles uitleggen en jullie ondersteunen zodat vanaf 6 april alle trainingen zo soepel mogelijk kunnen verlopen. Als je deze week aan deze kennismakingen en trainingen deel wilt nemen laat het ons dan weten.

Woe	1 april	Kennismaking met Zoom voor Karate en GDS	17.00-17.30 uur	Sayra
Don	2 april	Kennismaking met Zoom voor Judo, Boxing & GDS	17.00-17.30 uur	Kitty
Vrij	3 april	Oefentraining met Zoom voor Karate 8-11 gevorderden en 12+	17.00-17.30 uur	Sayra
Zon	5 april	Oefentraining met Zoom voor GDS, Judo Karate 6-11 beginners	17.00-17.30 uur	Sayra