

# Huisregels

- Onze lessen zijn voor personen van 16 jaar en ouder
- Toegang is alleen voor personen die ten minste Nederlands of Engels spreken (ivm veiligheid).
- Kom op tijd. De leerling dient minimaal 10 minuten voor aanvang van de les aanwezig te zijn
- Gebruik van een handdoek op de matjes is verplicht
- Laat de materialen netjes achter, maak ze na gebruik even schoon met spray en een doek
- Etenswaren, waaronder kauwgom, zijn niet toegestaan in de sportruimtes
- Drinken is alleen toegestaan uit een afsluitbare bidon of fles
- Heb respect voor elkaar en voor je omgeving! Elke vorm van grensoverschrijdend gedrag is ten strengste verboden en leidt tot per directe ontzegging van de dansschool.
- Bij wangedrag wordt de toegang tot de lessen ontzegd.
- Voorafgaand aan de lessen is het verplicht je handen te wassen.
- Uit veiligheidsoverwegingen is het verplicht een valmat te gebruiken wanneer je nieuwe oefeningen doet of oefeningen die je niet perfect beheerst. Als je twijfelt, vraag je de instructrice.
- Uit veiligheidsoverwegingen is het tijdens de les verplicht je te houden aan de oefeningen die de docent aangeeft en mag je niet wat anders gaan doen (tenzij dit is overlegd met docent) .
- Je bent zelf verantwoordelijk voor je eigen veiligheid. Indien een oefening niet goed voelt, om welke reden dan ook, geef het aan en vraag om een andere oefening.
- Indien de instructie van de instructrice niet duidelijk is vraag je om verduidelijking, dit om ongelukken te voorkomen.
- Maak gebruik van grip en een valmat indien nodig.
- Gebruik op de dag dat je komt trainen geen handcrème, bodylotion of andere producten op je huid (grip producten mogen natuurlijk wel).

# House Rules

- Our lessons are for people aged 16 and over
- Access is only for people who speak at least Dutch or English (for safety reasons).
- Be on time. The student must be present at least 10 minutes before the start of the lesson
- Use of a towel on the mats is mandatory
- Leave the materials tidy and clean them after use with a spray and a cloth
- Food, including chewing gum, is not permitted in the sports areas
- Drinking is only permitted from a lockable water bottle or bottle
- Have respect for each other and for your environment! Any form of inappropriate behavior is strictly prohibited and will lead to immediate expulsion from the dance school.
- In case of misconduct, access to lessons will be denied.
- It is mandatory to wash your hands before classes.
- For safety reasons, it is mandatory to use a crash mat when doing new exercises or exercises that you have not mastered perfectly. If you have any doubts, ask the instructor.
- For safety reasons, during the lesson you are required to stick to the exercises indicated by the teacher and you are not allowed to do anything else (unless this has been discussed with the teacher).
- You are responsible for your own safety. If an exercise does not feel right, for whatever reason, let us know and ask for another exercise.
- If the instructor's instructions are not clear, ask for clarification to prevent accidents.
- Use grip and a crash mat if necessary.
- On the day you come to train, do not use hand cream, body lotion or other products on your skin (grip products are of course allowed).