

## Onderstaande doelgroepen kunnen voor een vast bedrag per keer gebruikmaken van de Sport- en Recreatieclub:

- 55-plussers uit de regio met een medische achtergrond (€ 3,80);
- huurders van de (aanleun)wooncomplexen van de Frankelandgroep (€ 3,80);
- partners van clubpashouders (€ 3,80);
- begeleiders van (klein)kinderen tot 16 jaar van clubpashouders (let op: clubpashouder dient zelf aanwezig te zijn!) (€ 3,80);
- (klein)kinderen van clubpashouders (let op: clubpashouder dient zelf aanwezig te zijn!) (€ 1,90).

## Intakegesprek

Valt u onder een van bovenstaande doelgroepen en wilt u graag gebruikmaken van onze Sport- en Recreatieclub? Meldt u zich dan bij een van onze medewerkers in de de ontmoetingsruimte bij het zwembad. Wij nodigen u graag uit voor een intakegesprek. Tijdens dit gesprek bekijken we samen met u wat de mogelijkheden zijn.



## Clubpas

Leden van de Sport- en Recreatieclub ontvangen van ons een clubpas. Deze pas is strikt persoonlijk en dient u ons te kunnen tonen wanneer wij u hierom vragen.

## Betalingswijze

Voor het (waar nodig) afrekenen van het gebruik van de sportfaciliteiten alsook de eventueel genuttigde consumpties vragen wij u, onder meer vanwege veiligheidsredenen, om met een pas te betalen. Dat is mogelijk met de Frankelandpas (intern voor € 10,00 aan te schaffen) dan wel met een bankpas. Wanneer u contant betaalt, berekenen we bij de eindafrekening € 0,50 extra kosten.

## Openingstijden (per doelgroep)

### Maandag t/m vrijdag

- 07.30 – 08.15 uur** medewerkers en vrijwilligers
- 08.15 – 09.45 uur** huurders Havenbogen en Liduinahof
- 09.45 – 10.45 uur** specifieke doelgroepen en bezoekers van buitenaf
- 10.45 – 11.45 uur** specifieke doelgroepen en overige bezoekers
- 12.00 – 13.30 uur** medewerkers en vrijwilligers \*
- 13.30 – 14.30 uur** huurders Havenbogen, Liduinahof en overige bezoekers
- 14.30 – 15.30 uur** bewegen voor ouderen (op dins- en donderdag) en overige bezoekers
- 16.00 – 18.00 uur** vrij zwemmen \*\*

### Zaterdag

- 08.00 – 10.00 uur** medewerkers, vrijwilligers, huurders Havenbogen en Liduinahof
- 10.00 – 13.00 uur** overige bezoekers (blokken van één uur)

## Zondag

- 09.30 – 11.00 uur** vrij zwemmen \*\*
- 11.00 – 13.00 uur**
  - medewerkers met partners en kinderen (tot 16 jaar en onder begeleiding) van Frankeland, Jacobs Gasthuis, Harg-Spaland, Schiewaegh en Vaartland
  - bewoners Havenbogen en kleinkinderen (tot 16 jaar en onder begeleiding)
  - bewoners Frankeland en Jacobs Gasthuis en kleinkinderen (tot 16 jaar en onder begeleiding) (voor de kinderen is spelmateriaal aanwezig)

N.B.: Partners en kinderen kunnen alleen gebruikmaken van het zwembad, niet van de fitnessruimte en de zonnebank.

*\* medewerkers zijn gebonden aan hun lunchtijd. Met het oog hierop vragen we de vrijwilligers vriendelijk om in dit tijdsblok voorrang te verlenen aan medewerkers.*

*\*\* het zwembad en de fitnessruimte zijn geopend voor de bewoners van Havenbogen en Liduinahof, alsook alle medewerkers en vrijwilligers van de Frankelandgroep.*

## Contact / meer informatie

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neemt u gerust contact met ons op.

☎ **010 - 426 49 25**

✉ **info@frankelandgroep.nl**

**Graag tot ziens bij onze Sport- en Recreatieclub!**

[www.frankelandgroep.nl](http://www.frankelandgroep.nl)



**Sport- en  
Recreatieclub**  
van de Frankelandgroep  
2021



Frankelandgroep





## Welkom bij de Sport- en Recreatieclub van de Frankelandgroep!

Sporten en bewegen is gezond, zeker ook op oudere leeftijd. Daarom verwelkomen wij u graag bij onze Sport- en Recreatieclub, speciaal ingericht voor senioren. U kunt hier zwemmen, fitnessen of even ontspannen onder de zonnebank. Na afloop ontvangen onze medewerkers u graag voor een kopje koffie of thee in de gezellige bar!

### Faciliteiten

De Sport- en Recreatieclub van de Frankelandgroep biedt u verschillende faciliteiten binnen onze locatie Frankeland. Hieronder geven wij u per onderdeel een korte omschrijving.

### Zwembad

In het verwarmde zwembad (30°C) kunt u op een ontspannen manier baantjes trekken. De brede trap met leuning en een stoeltjeslift maken het voor iedereen mogelijk om het water in te gaan. Waar nodig krijgt u hierbij hulp van onze medewerkers. Zit u in een rolstoel, dan kunt u gebruikmaken van een extra grote kleed- en doucheruimte.

Het zwembad heeft een afmeting van 16 bij 8 meter, is maximaal 1,40 meter diep en voldoet aan de strengste voorschriften op het gebied van hygiëne en veiligheid.

### Fitnessruimte

In de fitnessruimte kunt u gebruikmaken van 14 toestellen, die op eenvoudige wijze te bedienen zijn. De medewerkers geven u waar nodig advies over de werkwijze van deze apparatuur. Uiteraard controleren we de toestellen met regelmaat op goed functioneren, zodat u met een veilig gevoel kunt sporten.

### Zonnebank

Naast de fitnessruimte bevindt zich een aparte zonnebankruimte. Voor € 5,10 kunt u hier gedurende 10 minuten gebruikmaken van de zonnebank met extra gezichtsbruiner, reflectorplaten en ventilator. Bij de medewerkers van de Sport- en Recreatieclub kunt u voor € 51,00 zonnebankkaarten van 12 strippen kopen.



### Ontmoetingsruimte

Onze gezellige ontmoetingsruimte beschikt over een moderne bar met enkele zitjes. Hier kunt u op uw gemak een kopje koffie/thee of frisdrank nuttigen, waarbij u de krant of een tijdschrift kunt inzien. Heeft u trek gekregen van het sporten? Onze medewerkers maken tegen betaling graag een tosti voor u klaar!

De ontmoetingsruimte is van maandag tot en met vrijdag tussen 12.00 uur en 13.30 uur gereserveerd voor onze medewerkers en vrijwilligers.

### Buitenrecreatie

Grenzend aan het zwembad bevindt zich het zonneterras met zitjes, parasols en een reuzenschaakbord. Net als de ontmoetingsruimte is het buitenterras van maandag tot en met vrijdag tussen 12.00 uur en 13.30 uur gereserveerd voor onze medewerkers en vrijwilligers.

Spelmateriaal hiervoor is bij de medewerkers van de Sport- en Recreatieclub verkrijgbaar.

## Uw gezondheid

Wilt u graag gebruikmaken van het zwembad of de fitnessruimte, maar twijfelt u of uw gezondheid dit toelaat? Dan is het verstandig om vooraf uw huisarts te raadplegen. Daarnaast raden wij u aan om bij uw eerste bezoek aan het zwembad of de fitnessruimte onze medewerkers op de hoogte te stellen van uw gezondheidsproblemen. Zij zijn EHBO-gecertificeerd en in noodgevallen kan een verpleegkundige van Frankeland altijd snel ter plaatse zijn.



## Praktische informatie

Bent u enthousiast geworden van onze Sport- en Recreatieclub? Graag zetten wij alle praktische informatie voor u op een rij.

### Lidmaatschap en kosten 2021

Onze Sport- en Recreatieclub is een besloten club. Valt u onder een van onderstaande doelgroepen, dan nodigen wij u van harte uit om bij ons te komen sporten en ontspannen!

### Het lidmaatschap is gratis voor:

- bewoners/huurders van de Havenbogen, Liduinahof, Frankeland, Jacobs Gasthuis, Harg-Spaland, Schiewaegh en Vaartland;
- cliënten van de dagbesteding/dagbehandeling;
- medewerkers en vrijwilligers van de Frankelandgroep;
- stagiaires en leerlingen (gedurende hun stage-/leerperiode).