



Affiliated to:

Aruba Sport Union | Aruba Olympic Committee | International Weightlifting Federation | Pan-American Weightlifting Federation

ARUBA AMATEUR WEIGHTLIFTING ASSOCIATION | Since 1952

Comite Olimpico Arubano
Vondellaan # 27
Oranjestad

17 mei 2020

Protocol di entrenamento di Aruba Amateur Weightlifting Association pa cu e COVID-19

AAWA kier re-activa su training di weightlifting pronto na Compleho Deportivo Frans Figaroa na Shaba # 24, Noord.

Nos Gym di weightlifting na Noord ta conta cu 9 plataforma. E trainingnan nos kier haci ta bai wordo practica den diferente orarionan y den grupo di 5 atleta pa asina e atleta na por train riba un distancia di mas cu 2 meter. Cada atleta ta train riba un plataforma y nan mes ta pone e peso na e bara y nan no mester di ajudo pa hasi esey. Tur e atletanan aki tin nan programa di training cu ta wordo traha door di e entrenador.

Dianan di training ta di dialuna pa diasabra:

Training parti mainta:

9:00am pa 10:30am (5 x atleta)

10:30am pa 12:00pm (5 x atleta)

Training parti atardi:

16:00pm pa 17:30pm (5 x atleta)

17:30pm pa 19:00pm (5 x atleta)

19:00pm pa 20:30pm (5 x atleta)

Diasabra orario di training ta parti mainta so:

9:00am pa 10:30am (5 x atleta)

10:30am pa 12:00pm (5 x atleta)

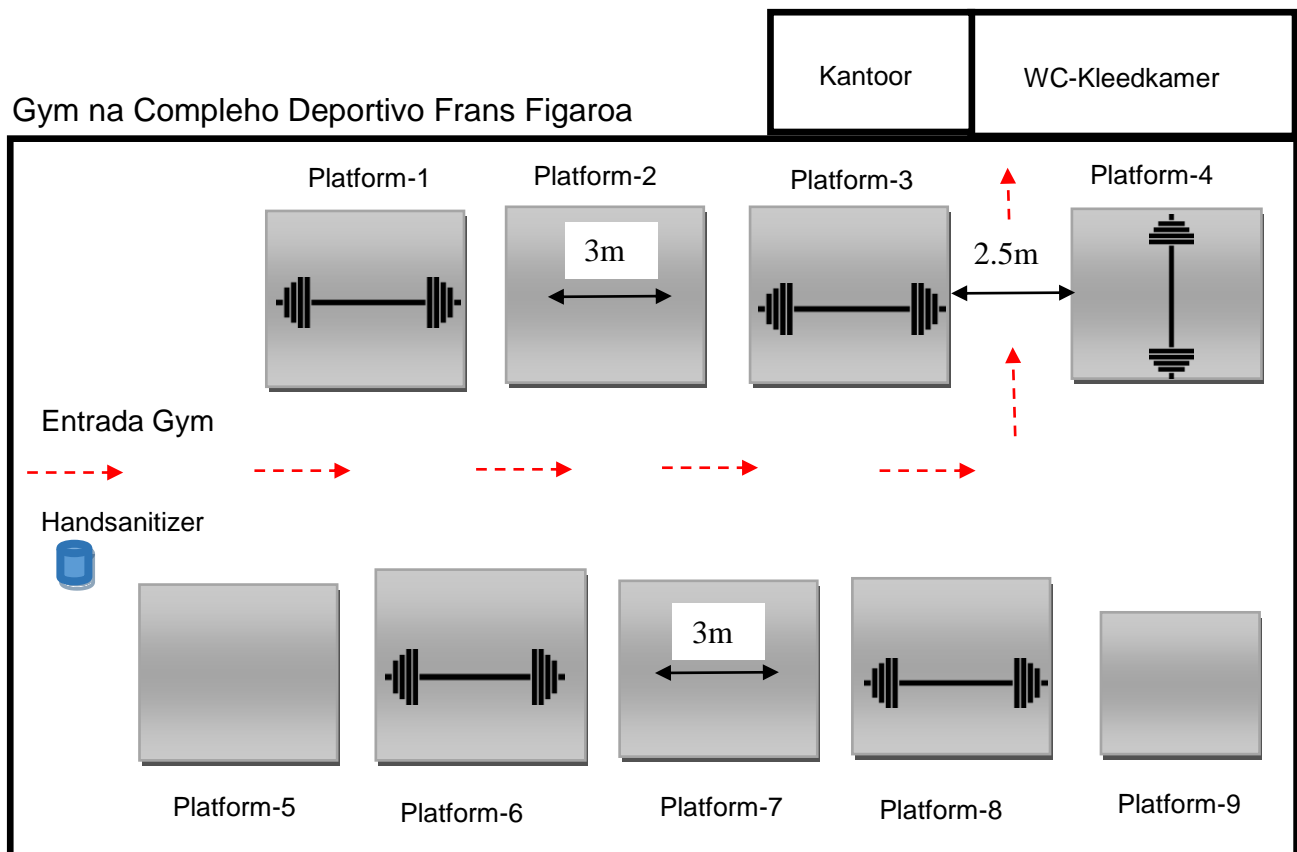
Pa e atletanan o entrenador jega na e facilidad di train weightlifting mester jega na Compleho Deportivo Frans Figaroa na Shaba # 24. Na e entrada principal parti dilanta unda tin e porta di hero mester dreña pa despues sigi e ruta di e voetpad cu ta hibabo na e Gym di AAWA (cu ta jama Theo Bareno Gym).

Ora e prome grupo di atletanan dreña na entrada di e gym ta topa cu handsanitizer pa desinfecta nan mannan. Ora di cuminsa cu training tur atletanan mester desinfecta e baranan prome cu cuminsa cu nan training y ora nan termina cu nan training cada atleta tambe mester desinfecta e baranan. Esey ta pa asina e di dos grupo dreña pa nan training ja e baranan ta cla pa cuminsa cu nan training. AAWA lo mantene e protocol di training pa cu e COVID-19 te ora IBISA y Gobierno di Aruba duna ok cu tur cos a bira normal bek.

Aruba Amateur Weightlifting Association

Pa mas informacion por tuma contacto cu Sr. Hugo Themen Presidente di AAWA na telefon:+297-5941947, email: huthe@setarnet.aw of Patrick Vrolijk Vice presidente di AAWA na telefon: +297-5600110, email: aawa@arubaweightlifting.org

Protocol di training di AAWA pa cu COVID-19



Atentamente,

Hugo Themen
Presidente de AAWA