

Susan

Het zal al opgevallen zijn maar Susan gaat zich weer richten op het geven van haar eigen lessen, met uitzondering van de maandagmiddag/avond. Naomi zal ook in beeld blijven en deze lessen voor haar rekening nemen.

We zijn heel blij met de terugkeer van Susan! Daarnaast bedanken we Naomi voor haar hulp tijdens de afwezigheid van Susan, zij kwam precies op het juiste moment!

Fit en Fun dag

Dit jaar hebben we besloten de Fit en Fundag in het voorjaar te houden, en wel op 14 april. Deze ochtend staat in het teken van plezier en is geschikt voor iedereen, zowel jong als oud, sportief of niet sportief. Op de koffietafel ligt een lijst waar je je kunt inschrijven. Het is mogelijk om een introductie mee te nemen, mits dit het maximaal aantal deelnemers niet overschrijdt (50). Kinderen zijn ook van harte welkom, vanaf de leeftijd van 7 jaar.

De kosten per persoon bedragen €8,-

We hopen op een hoop inschrijvingen, en gaan er een leuke ochtend van maken, die we gezellig afsluiten met een lunch.

Cursus AED en reanimatie

Op maandag 12 maart is er weer een cursus AED en reanimatie. De cursus wordt verzorgd door Nel de Koning. De cursus start om 19.00 uur. Graag willen we je vragen om 18.45 uur aanwezig te zijn.

Heb je interesse in het volgen van zo'n cursus of wil je graag op herhaling dan kun je je op de lijst laten zetten. Wij vragen bij de inschrijving de kosten van €35,- te voldoen. Indien je je hebt ingeschreven en toch niet kunnen die dag, dan kan er tot 5 maart afgemeld worden met retour inschrijfgeld.

Opgeven kan bij één van de medewerkers.

Cursus Cognitieve Fitness

Margien heeft de 15-weekse cursus Cognitieve Fitness afgerond. 12 mensen (vanuit de Sportpraktijk) hebben deze cursus met veel plezier gevolgd.

In het najaar wordt opnieuw een cursus georganiseerd. De cursus zal doorgaan met een minimaal aantal personen van 5. Het maximaal aantal personen is 12.

Ook dit keer wordt er een vrijblijvende informatiebijeenkomst gehouden om een beeld te krijgen wat de cursus inhoudt.

Deze bijeenkomst is op woensdag 13 juni 2018 om 13.30 en wordt gehouden op de Sportpraktijk.

Ben je geïnteresseerd in de informatiebijeenkomst, geef je op bij één van de medewerkers.



Geldigheid strippenkaart

Soms komt het voor dat men na een relatief lange tijd weer terugkeert bij de Sportpraktijk, na eerder te zijn gestopt. De strippenkaart blijft 2 jaar geldig vanaf de eerst gebruikte strip. Wanneer je besluit te stoppen met sporten, is het ook mogelijk om je overgehouden strippen door te geven aan een familielid die ook sport bij de Sportpraktijk.

Voor onze administratie is het prettig als u bij de betaling van de strippenkaart uw klantnummer en het factuurnummer wilt vermelden.

Handdoek

Het is ons de laatste tijd opgevallen dat de meegebrachte handdoek niet altijd wordt gebruikt tijdens het sporten. Zowel voor jezelf als voor je medesporter is het prettig als een handdoek wordt gebruikt op bijvoorbeeld een matje, bankje of kussen.

Wijziging lessen

Sinds begin februari is het cardio uur (van 8 tot 9 uur) op de zaterdagochtend weer opgestart. Bij genoeg aanmeldingen blijft het uur doorgaan.

De HIT-cycling les op de woensdag zal doorlopen tot 28 maart en in oktober weer opgepakt worden.

Nieuwbouw

Wellicht ten overvloede, maar het grasveld voor de Sportpraktijk zal bebouwd worden met 26 huur-/koopwoningen en 2 flats met elk 21 appartementen. In de eerste fase zullen we hier misschien wat geluidsoverlast van krijgen.

Data op een rijtje

Hierbij nog even alles op een rijtje, dus pak je agenda en noteer ;-)

- 12 maart AED en reanimatiecursus
- 30 maart (Goede vrijdag) zijn we open
- 2 april (Tweede Paasdag) zijn we gesloten
- 14 april Fit en Fundag
- 27 april (Koningsdag) zijn we gesloten
- 4 mei (Dodenherdenking) zijn we open
- 5 mei (Bevrijdingsdag) zijn we open
- 10 mei (Hemelvaartsdag) zijn we gesloten
- 21 mei (Tweede Pinksterdag) zijn we gesloten
- 13 juni Informatiebijeenkomst Cognitieve Fitness

