

# NIEUWSBRIEF

Beste Leden,

In navolging van de nieuwsbrief April de nieuwsbrief voor Juni! Wij blijven u graag op de hoogte houden van alle nieuwtjes/ontwikkelingen binnen de sportschool.

## Terug bij Van Haren Sport & Wellness!:

Goed nieuws! **Susan** Appel kunt u weer af en toe een uurtje achter de receptie zien zitten! Na een fikse rugoperatie mag zij weer rustig beginnen en ons team komen versterken! **Danny** de Heus is na 1 jaar in het buitenland te hebben rondgezworven weer terug in Nederland! Voor de leden die Danny nog niet ontmoet hebben: Danny lijkt erg op zijn tweelingbroer Michael, succes met het uit elkaar houden van deze 2! ;-)  
Ook **Maike** van Doorn zal weer rustig starten; vanaf vrijdag 12 juni zal de Spinningles weer doorgaan, maar nu om **19:00uur** i.p.v. 20.00uur!

## Examens en Wedstrijden Judo/ Jiu Jitsu:

Van zaterdag 13 juni t/m vrijdag 19 juni 2009 worden bij de judo- en Ju-Jitsu groepslessen examens afgenomen. De examens vinden plaats op het eigen lesuur. Op zondag 14 juni 2009 zijn in Hilversum de Van Haren Sport clubkampioenschappen [adres: Franciscusweg 247]. Deze wedstrijden zijn voor alle judoka's en ju-jitsuka's, dus iedereen kan meedoen. Inschrijven kan je uiterlijk tót vrijdag 12 juni 2009. Het wedstrijdformulier is uitgedeeld tijdens de lessen maar kunt ook u vinden op [www.vanharensport.nl](http://www.vanharensport.nl). Tevens is er een strandtraining op zondag 21 juni in Kijkduin; voor meer info vraag je leraar!



## Zomerrooster:

Het zomerrooster gaat op maandag 6 juli in en zal lopen tot zondag 23 augustus. Het rooster zal in de maand juni op de site staan en op de receptie bij Van Haren Sport liggen. We draaien in deze zomerperiode met aangepaste openingstijden en lesuren.



## Nieuw in ons horeca assortiment:

Frozen Iceccino is een heerlijke Iced Coffee shake! Even afkoelen na het sporten of na een bezoekje aan de sauna! Iceccino is verkrijgbaar aan de bar, de shake wordt dan vers in elkaar gedraaid voor u! Voor een "snelle" shake kunt u terecht bij de automaat bij de bar, want Iceccino is ook in blik verkrijgbaar!

## Actie: Breng een nieuw lid aan en krijg 1 maand gratis sporten van ons!:

Breng een nieuw lid aan en verdien zelf 1 maand gratis sporten! Tevens ontvangt uw nieuwe sportmaat een mooie sporttas en 50% korting op het inschrijfgeld! Actie loopt vanaf 11 mei t/m 31 augustus. Kijk op [www.vanharensport.nl](http://www.vanharensport.nl) voor een overzicht van alle aanbiedingen.



Z.O.Z.



# VAN HAREN SPORT & WELLNESS

**Even onder de aandacht brengen:**

**Schone (binnen)schoenen!:**

Binnen heel de sportschool geldt: draag binnenschoenen en géén schoenen die buiten ook gedragen worden! Dus schoenen die buiten gedragen worden moeten in de kleedkamer omgewisseld worden voor binnenschoenen. Wij houden de sportschool graag schoon.

**Easy & Fit:**

Deze groepstraining duurt 45 minuten en staat garant voor een afwisselende en makkelijk te volgen training. In een rustig tempo zullen alle spiergroepen aan bod komen. De training is voor zowel mannen als vrouwen!

*Woensdag 10.00 uur - Spinningzaal*

*Vrijdag 10.00 uur - Spinningzaal*

**Power Pump voor mannen en vrouwen!**

Power Pump is een pittige les en een van de beste manieren om een betere conditie te krijgen en lichaamsvet te verbranden. Je traint je spieren met gewichten op moderne muziek. Power Pump is voor iedereen, jong & oud!

*Woensdag 19.00uur - Dojo / Aerobic*

*Donderdag 10.00uur - Dojo / Aerobic*

**Zumba!:**

Er is nog plek op dinsdagochtend om 09.15 uur en op de donderdagavond om 19:00 uur bij de Zumba!

**Zonnebank:**

Een zonnige aanbieding om voorbereid de vakantie-zon in te gaan! Nu 20 minuten zonnen voor maar 7 Euro! Deze aanbieding is geldig voor leden en loopt van maandag 11 mei t/m 28 juni. Even reserveren is gewenst, [receptie@vanharensport.nl](mailto:receptie@vanharensport.nl) of bel even: 035-6237144)

**Zomerabonnement voor kids (t/m 17 jaar)!**

Uw kinderen sportief en vrijblijvend de zomervakantie door laten komen? Dat kan erg voordelig bij ons, zo betaald u o.a. voor uw kind geen inschrijfgeld. Dit abonnement is drie maanden geldig, en kan afgesloten worden vanaf 1 juni t/m 31 augustus. Vraag aan de receptie naar de prijs!



**Ideeënbus:**

Heeft u ideeën, opmerkingen of andere zaken die u graag met ons wilt delen? Wij horen dit graag van u! Op de receptie staat een ouderwetse ideeënbus! Naast de ideeënbus ligt een stapeltje papier waar u al uw zielsroerselen op kwijt kunt ;-)

Wij wensen iedereen een heerlijke vakantie toe, geniet ervan en wij zien u graag weer terug!

Sportieve groeten, Team Van Haren Sport & Wellness

