

NIEUWSBRIEF

24 December 2023

Van Haren Sport & Wellness



★ ★ Team Van Haren Sport
wenst je fijne feestdagen! ★ ★

JUBILEUM

Zondag 5 november vierden we ons veertig jarig jubileum. Een hectische maar super leuke dag. Wat hebben wij en onze collega's genoten van deze bijzondere dag. We willen graag alle sporters bedanken voor het enthousiasme op die dag en de dagen eromheen.



BESTE WENSEN VOOR IEDEREEN

Deze december nieuwsbrief starten we natuurlijk met de ALLERBESTE WENSEN voor iedereen die bij ons sport. Maar ook de allerbeste wensen voor familie vrienden om onze sporters heen. Gaat het in je omgeving goed, dan heeft dat invloed op jezelf.



Op deze plaats willen we ook absoluut ons **TEAM** bedanken en een enorm compliment geven voor het enthousiasme welke zij die dag en de dagen ervoor tijdens de organisatie hebben getoond. Dankjewel!
"Het was een feest van herkenning."
Aldus Inge en Bert van Haren.

VAN HAREN  **SPORT & WELLNESS**

INVESTERING IN DE TOEKOMST

GEZONDHEID METING (BODY ANALYSE)

Wij bereiden ons voor op het nieuwe jaar en hebben geïnvesteerd in een ultramodern systeem waarmee we de klanten kunnen ondersteunen en begeleiden om zodoende de best mogelijke training te realiseren. Onze fitness instructeurs, krijgen voor dit soort nieuwe projecten uitgebreide cursussen. Het kost ons wat moeite, maar het is het alleszins waard.



Vraag s.v.p. naar het nieuwe Body Analyse systeem. Het helpt je, en ons, om precies te meten en te weten vanuit welke (begin)situatie we een fitness plan kunnen opstellen.



INVESTERING IN JEZELF

Er is steeds meer vraag naar persoonlijke begeleiding.

Natuurlijk, veel mensen weten voor hun gevoel wel wat ze in de fitnesszaal kunnen doen, maar er zijn toch nog veel vragen die onbeantwoord blijven.

Via het nieuwe BODY ANALYSE systeem kunnen we daadwerkelijk met je aan de slag.



Wij hebben een Personal Training systeem in kaart gebracht waardoor we PT tegen betaalbare prijzen kunnen aanbieden.

Vraag de fitness instructeur hoe het werkt en doe de body analyse, dan kan je daarna altijd nog beslissen of je meer begeleiding nodig hebt.



TERUGBLIK

In deze laatste nieuwsbrief van het jaar blikken we terug op het jaar 2023. In januari 2023 begonnen we de eerste zondag van de maand met muziek. Een traditie die we graag in stand houden, dus zondag 7 januari 2024 is er weer fantastische muziek. Wij krijgen het voor elkaar om top artiesten bij ons binnen te krijgen. Kijk op de website, en koop een kaartje als je er bij wil zijn. Het is absoluut de moeite waard

of koop direct je kaartje hier



MUZIEK

Het is opvallend dat steeds meer muzikanten, ons weten te vinden. Zij vinden de sfeer en de kwaliteit belangrijk. Het is een compliment aan ons publiek, iedereen kan hier in alle rust trainen.



KAMPIOENEN

Maandelijks, zo niet wekelijks, zijn er wedstrijden in en buiten de club. Marie-Flore is dit jaar het meest succesvol geweest.

DIPLOMA'S

Naast bijscholing voor onze leerkrachten zijn er ook individuele prestaties geleverd, zoals o.a. door judo en jiu jitsu lerares Baukje Lam die in januari 2023 haar vierde dan jiu jitsu heeft behaald.



ZELFVERDEDIGING

In de club hebben we regelmatig korte zelfverdediging cursussen, op verzoek, speciaal voor dames. Ook in januari 2024 wordt deze traditie voortgezet. Houdt de agenda in de gaten

JUDO

De heer Thomas Leeflang heeft op 87 jarig leeftijd de 2e dan judo behaald. Dit is een unieke gebeurtenis in de Nederlandse judowereld. "Je bent nooit te oud om te bewegen."



SAUNA

Naast de (sport) activiteiten in het sportcentrum, hebben we de SAUNA op een kiertje kunnen zetten. We hebben daar al hele enthousiaste reacties op gekregen.



GROTE EN KLEINE EVENEMENTEN

Elke maand trekken we een lootje en trakteren we de jarige van de maand. Het zijn vaak de 'kleine' dingen die net dat beetje jus geven.



De **Grote Club Actie** heeft heel wat jeugd leden op de been gebracht om voor ons loten te verkopen.

Het doel is tweeledig. Natuurlijk is het fijn om extra centjes voor de club te verkrijgen. Absoluut. Maar wij konden er meteen een wedstrijd aan verbinden door de beste lotenverkopers te belonen, en het blijkt dat de jeugdige lotenverkopers het echt leuk vinden om wat voor hun club te doen. We zagen, **kameraadschap**.



grote clubactie



EVENEMENTEN

Als het weer het toe laat zoeken Marion en Diana een mooie plek in de buitenlucht uit om daar les te kunnen geven. Pilates is daarbij zeer geliefd.



Angelique trok er afgelopen jaar op uit om aan het water een Body Pump les te geven.



MANAGERS

Om de stand van zaken in de sportschool onder controle te houden, hebben we wekelijks een managers vergadering. Daarin worden allerlei onderwerpen betreffende balie, fitness, algemene lessen, sauna en wat ter tafel komt, waaronder ook vragen van onze leden, besproken.

We hebben helaas niet voor iedereen een altijd passend antwoord.

Op de foto zie je: "de 'oude' foto's van vroeger op de achtergrond".



"We hebben jonge maar absoluut enthousiaste en professionele collega's."

IN DE KRANT

Afgelopen tijd stonden wij in allerlei kranten.



goieneemlander.nl
Sportschool Van Haren viert veertigjarig jubileum:



FITNESS CHALLENGES

In de vechtsporten zit het vaak in het systeem, maar ook o.a. in de fitness hebben wij een zekere mate van competitie.

Niet iedereen weet dat, en je hoeft er zeker niet aan mee te doen. Maar het is wel ontzettend leuk en het geeft ook, juist in de fitness een zekere binding. Deze (kerst)dagen tot aan het nieuwe jaar, is er weer een fitness challenge. Wil je meedoen en een prijsje winnen? Meld je bij de fitness instructeur.



INTRODUCÉ

Uiteraard mag je een introductie meenemen, sterker nog graag. Het altijd leuk om iemand te laten zien waar jij een deel van je tijd doorbrengt. Waar en met wie je sport, is vaak een behoorlijk deel van je sociale leven geworden.

Op de muziek middagen krijgen wij regelmatig de vraag of buitenstaanders ook mochten komen. **Natuurlijk!** Dit soort evenementen zijn er ook voor niet-sporters.

(Breng een vriend mee)

2024

Laten we feestend het nieuwe jaar in gaan!

Elke eerste zondag van de maand is er top muziek in ons sportcentrum, dus ook op de eerste zondag van het nieuwe Jaar 2024.

Fleetwood Mac tribute band "MIRAGE" neemt je mee naar de hoogtijdagen van deze legendarische band.

Zien wij jou ook op 7 januari voor de aftrap van 2024?



MIRAGE A TRIBUTE TO FLEETWOOD MAC

Live Music

Elke eerste zondag van de maand!

Elke eerste zondag van de maand is er top muziek in ons sportcentrum, dus ook op de eerste zondag van het nieuwe Jaar 2024.

Fleetwood Mac tribute band "MIRAGE" neemt je mee naar de hoogtijdagen van deze legendarische band. Pam MacBeth brengt Stevie Nicks tot leven en Louise van de Sande Bakhuizen perfectioneert Christine McVie. "Mirage" is meer dan een tribute band; het is een eerbetoon aan Fleetwood Mac. Topmusici als Hans Sligter (LSB), Jeroen Bos en Guzz Genser (ex Herman Brood) staan garant voor kwaliteit en onweerstaanbaar swingende muziek. Zorg dat je er op tijd bij bent. Er is beperkt plaats.

DATUM: 7 januari 2024
DEUR OPEN: 15:00
AANVANG: 15:30 tot 18:30
ENTREEPRIJS: €15,-
De locatie heeft beperkt plaats dus vol is vol.

LOCATIE: Van Haren Sport & Wellness
Franciscusweg 247 1216 SG Hilversum

SCAN ME

VAN HAREN SPORT & WELLNESS

