

NIEUWSBRIEF

2 november 2024

Van Haren Sport & Wellness

VERNIUWINGEN OP DE CLUB

NIEUWE ADMINISTRATIESYSTEEM

Serieuze gezichten bij de installatie van een nieuw administratiesysteem.

Stap voor stap worden we begeleid door de aanpassingen, veranderingen en verbeteringen van het 'coach' systeem.



Wij zijn al wat weken verder, maar er blijven toch wat onderdelen die niet vlekkeloos lopen. Voor de sporters verandert er van de buitenkant niet veel, voor ons is het nog wat 'Puntjes op de i' zetten. We streven naar een geoliede administratie systeem. Mochten er oneffenheden zijn dan horen we het graag, dan gaan de mensen achter de balie ernaar kijken.

Alvast bedankt voor het begrip!



ZELFVERDEDIGINGSCURUS START!

A.s. dinsdag is het dan zover!

Wij gaan van start met de zelfverdedigingscursus! Er zijn al heel wat aanmeldingen. Dus het zal een zeer drukke, maar vooral leuke en leerzame cursus worden!

VAN HAREN SPORT & WELLNESS

ZELF-VERDEDIGINGS CURSUS

START OP 5 NOVEMBER!

- 4-weekse cursus
- Dinsdag om 18:00
- Gratis voor leden!
- €40 p.p. & €60 voor 2

MELD JE AAN!

Neem contact op!
035-8237444
www.vanharensport.nl

Wil je een vriendin of familielid kennis laten maken met de club, dan is zo'n cursus een perfecte instap om de sfeer te proeven. Neem contact op met ons of kom naar de collega's achter de balie voor vragen.



NIEUW MUZIEKSYSTEEM

Misschien is het jou al opgevallen, maar de afgelopen maand hebben wij ook een vernieuwing gehad aan ons muzieksysteem. Met dank aan Martin van de firma Eazis heeft het team een uitgebreide uitleg ontvangen om het systeem optimaal te benutten. Vanaf nu zorgt Eazis voor die energieke soundtrack!



VAN HAREN
KIEST EAZIS



JIU JITSU STAGE BIJ VAN HAREN SPORT

Bij Jiu Jitsu worden er per half jaar examens afgenomen. Er zijn gekleurde banden en slippers. Dit noemen wij het Kyu graden systeem. Deze examens zijn op de club. Heb je de bruine band (1e kyu graad) dan mag je examen doen voor de zwarte band.

Wij leren ook graag

JBN District Midden Nederland (MN) organiseert een Jiu Jitsu Stage op zaterdag 2 november. Van 11:00 tot 13:00 Thema's zijn; Examen voorbereiding voor Zwarte Band en hoger. Docent is **Kees Broertjes** 6e dan Jiu Jitsu. Examinatoren MN zijn aanwezig en Jiu Jitsuka's vanaf 3e kyu zijn welkom.



Kees Broertjes traint bij Bert van Haren en verzorgde deze stage voor het district.



Vervolgens wordt er ook op zaterdag 30 november een stage georganiseerd door JBN District Midden Nederland (MN) onder leiding van **Baukje Lam. Gediplomeerd Judo en Jiu Jitsu lerares en examiner.** Zij is 4e Dan Jiu Jitsu.

FITTER, STERKER EN VITALER DOOR MIDDEL VAN BIO AGE (ook juist voor leden)



Sinds een aantal maanden hebben wij de **BIO AGE** Campagne. Dat is een unieke 6-weekse programma die wordt afgestemd op basis van de behoefte van het lid, met wekelijkse afspraken met onze Personal Trainers. Met behulp van onze Body Analyse kunnen de trainers, en ook de sporters in één oogopslag zien wat de aandachtspunten zijn wat vertaald wordt naar jouw biologische leeftijd. **De Bio Age.**

Naast de precieze meting en snelle overzicht van gegevens zorgt dit programma voor veel ondersteuning. Vandaar dat wij dit programma nu óók aanbieden voor onze leden!

Loop je ergens tegenaan en denk je extra ondersteuning nodig te hebben om jouw doelen te bereiken?

Vraag dan aan de trainers maar ook aan de collega's achter de balie voor meer info. Onze team staat voor jullie klaar!



DE JARIGE VAN DE MAAND

Elke maand trekken wij een lootje en zetten we de 'Jarige van de Maand' in het zonnetje.



JOEP LOCHTENBERG, in zijn dagelijks werk begeleidt hij mensen die om wat voor reden dan ook, vastlopen in hun werk. Samen met zijn vrouw sporten ze al jaren bij Van Haren. "Als ik iets te lang niet ben geweest krijg ik een stimulerend telefoontje dat ik gemist wordt, en precies dát persoonlijke waardeer ik enorm bij Van Haren." Nou, wij hadden het niet beter kunnen zeggen. "Naast de verjaardagskaartjes, het belletje als ik te lang niet geweest ben, voel en weet ik me welkom."



Joep, mag wat ons betreft vaker een stukje over Van Haren Sport schrijven. Gefeliciteerd Joep! En veel plezier samen tijdens het sporten. Op de foto zie je **Angelique Poort** en **Mitch Keljsper**, die in de fitness zaal de jarige met een taart verrassen.



Daarnaast is onze collega **Boris van Haren** jarig geweest.

JUDO EN JIU JITSU WEDSTRIJDEN

Sporters van Van Haren Sport doen ook mee aan wedstrijden buiten de club.

GROENE HART JIU JITSU TOERNOOI

Het Jiu Jitsu kent meerdere disciplines, dat maakt het 'Groene Hart Jiu Jitsu Toernooi' in Boskoop een mooie gelegenheid om het één en ander uit te proberen.



Op de foto boven zie je coach Theo Hagen met de deelnemers Eric, Jesse en Tim. Tim Zinovkin pakte in twee disciplines de eerste plaats, Jesse werd derde en Eric viel net buiten de prijzen. "Een Lange, Leerzame, Leuke dag!" Aldus Denise Vink, die de foto's voor ons heeft gemaakt, dankjewel daarvoor. Ook een dankjewel aan Theo Hagen, die weer een dagje er voor uittrok om bij het ploegje te zijn.

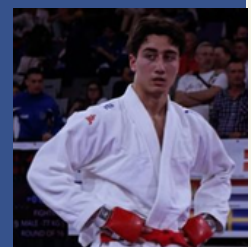
Dankjewel! Zonder vrijwilligers, ouders, coaches, leerkrachten die hun tijd opofferen om te helpen, ben je nergens.

WK JIU JITSU IN GRIEKELAND

Enzo Ermin is afgelopen week afgereisd naar Heraklion, in Griekeland om deel te nemen aan het WK in de categorie U18 -77kg.

Hij heeft de 9e plek behaald. "Het was een leuk en leerzaam toernooi." Aldus Enzo.

Dat is precies waar sport om gaat!



ACTIVITEITENROOSTER

Za 2 nov	Jiu Jitsu Stage MN o.l.v. Kees Broertjes	11:00 - 13:00
Di 5 nov	Start Zelfverdedigingscursus <i>4x op dinsdagavond om 19:00</i>	15:30- 18:30
Zo 10 nov	Live muziek Desray & Friends	info bij de Balie
Za 16 nov	Judo instaptoernooi Almere	info bij Budo
Za 23 nov	Judo instaptoernooi Maartensdijk	Agenda
Za 30 nov	Jiu Jitsu Stage MN o.l.v. Baukje Lam	11:00 - 13:00



Massagestoel

De massage stoelen geven je een heerlijk en voldaan gevoel na de training.

"Het is voor mij een toetje." Is een veel gehoorde kreet. En daar kunnen we het volmondig mee eens zijn. Probeer ze maar eens uit!

Bio Age Wil jij ook weten wat jouw biologische leeftijd is? Maak gerust een afspraak.



DESRAY & FRIENDS

Wees er snel bij, want vol = vol!

Scan hier de QR-code voor kaarten.



SCAN ME

