

AquaFit PLUS+

De gezellige zwemactiviteit speciaal voor mensen met 'een maatje meer'!

Waar:

het Bewegingscentrum van Maeykehiem (Bouwen 17, Sint Nicolaasga)

Wanneer:

Iedere donderdag om 18:00u.
(duur: 45 minuten)

Kosten:

DE GEHELE MAAND JUNI GRATIS PROEFLESSEN!

Daarna: €34,95 per maand (+ éénmalig €14,50 inschrijfkosten)

(Starten vanaf donderdag 5 september 2019)

Aanmelden:

sintnicolaasga@mijnzwemschool.nl



Contact:

www.mijnzwemschool.nl/sintnicolaasga

06 - 33 212 544 (ook WhatsApp!)

 /mijnzwemschoolsintnicolaasga

We starten op donderdag 5 september maar de gehele maand juni bieden we **GRATIS PROEFLESSEN** aan!
Mail ons om je aan te melden voor 1 of meerdere gratis en vrijblijvende proeflessen.

Waarom AquaFit Plus?

Zwemmen is een van de meest effectieve manieren om calorieën te verbranden. In het water ben je constant in beweging (zelfs wanneer je stilstaat verbrand je calorieën!). Ook worden spieren en gewrichten minder belast in het water. En mede door het warme water bij **MijnZwemschool Sint Nyk** (34 graden!) blijft je lichaam zelfs tot uren na de activiteit calorieën verbranden!

Bij **MijnZwemschool Sint Nyk** begrijpen we dat er een zekere drempel is om tijdens reguliere uren baantjes te zwemmen. Daarom bieden wij wekelijks een zwemmoment dat **uitsluitend** bedoeld is voor mensen met overgewicht en **obesitas**! Hierbij worden verschillende matig-intensieve oefeningen aangeboden in ons verwarmde zwembad met beweegbare bodem!

We starten op donderdag 5 september 2019.

We starten na de zomervakantie maar op donderdag 6, 13, 20 en 27 juni bieden we **GRATIS EN VRIJBLIJVENDE** proeflessen aan. Iedereen is van harte welkom om 1 of zelfs meerdere proeflessen te volgen! Het enige wat je hiervoor hoeft te doen is een mailtje met je naam, leeftijd en telefoonnummer te sturen naar sintnicolaasga@mijnzwemschool.nl.

Mocht je je na de proeflessen willen aanmelden dan kan dat via onze website:

www.mijnzwemschool.nl/sintnicolaasga. Klik vervolgens op *Inschrijven*.

Voor verdere vragen kun je ons bereiken op 06 - 33 212 544 (ook WhatsApp!).

Tot later in het water!

Spetterende groeten,

Bauke Beert Keizer
MijnZwemschool Sint Nyk