

December 2017

Uw lidmaatschapspas is geld waard!

Op vertoon van uw lidmaatschapspas van Sportinstituut Ermelo ontvangt u bij diverse winkels kortingen en voordelen (kijk voor meer informatie op onze **nieuwe!** website).

Let op! Uw lidmaatschapspas heeft u in bruikleen en dient na opzegging weer bij ons ingeleverd te worden, pas dan wordt uw opzegging verwerkt.

Aangepaste openingstijden

Rond Kerst en Nieuwjaar aangepaste openingstijden:

Zo 24 dec open 09.00 – 12.00u

Ma 25 dec 1^e kerstdag gesloten

Di 26 dec 2^e kerstdag open 09.00 – 12.00u

Zo 31 dec Oudjaarsdag open 09.00–12.00u

Ma 1 jan Nieuwjaarsdag gesloten

Daarna weer de gangbare openingstijden.

NB: In de kerstvakantie geen judo- en danslessen!



Let op! Vanaf 1 januari 2018 wijzigt de sluitingstijd op **vrijdagavond** van 22.00 uur naar 21.30 uur.

Een goede start!

U kunt een maand gratis sporten verdienen! Indien u iemand meeneemt naar de sportschool die gebruik maakt van de '**goede start actie**' sport hij/zij in januari gratis en betaalt slechts 10 euro inschrijfgeld (i.p.v. 25 euro) inclusief voordeelpas in bruikleen. U ontvangt dan zelf ook een maand gratis van ons! E.e.a. geldt bij inschrijving voor minimaal een half jaar: februari t/m juli 2018.

Zonnebancactie voor leden

Nog even lekker bijbruinen voor de kerst. In december betaalt u **slechts 40 euro voor een 10-rittenkaart** voor de zonnebank! (i.p.v. 50 euro)



Wijzigingen dinsdagavond

We zijn blij dat Camila de Zumbalessen van Laura op de dinsdagavond heeft kunnen overnemen. Hierdoor is er een wijziging in tijden:

18.55 uur Piloxing Knock-Out

19.45 uur Zumba

20.45 uur Step Workout (BBB-Combi)

We danken Laura voor haar inzet en wensen Camila veel succes! We bevelen de Piloxing Knock-Out om 18.55 uur ook van harte aan bij onze krachttrainers en fitnessleden. De moeite waard een les mee te doen, want conditie en kracht komen in deze les flink aan bod! Durf jij het aan?

Dansschool

Ook onze dansers zitten niet stil en zijn alweer bezig met voorbereidingen voor o.a.

Dansshow Theater Harderwijk

Zaterdag 16 juni 2018

Dansvoorstelling tijdens Fête de la Musique

Zaterdag 23 juni 2018



Judo-examens

De komende judo-examens vinden plaats in week 51 op maandag 18 en dinsdag 19 december tijdens de normale trainingstijden.



Vanaf 1 november is Erik van der Wal zelfstandig verder gegaan als **Budo Academy Physical Ermelo**. We wensen hem veel succes en danken hem voor zijn inzet en samenwerking in de afgelopen jaren. Wij blijven namens Sportinstituut Ermelo/Budo Academy Ermelo aan de Amanietaan judo geven in de leeftijd van 5 t/m 13 jaar o.l.v. meester Peter.

Aanbieding judopakken

Wij hebben diverse maten judopakken in de aanbieding. De nog aanwezige maten gaan weg met 20% korting! Deze aanbieding geldt in de maanden december en januari. Info bij de balie.

Drink voldoende!

Drink voldoende tijdens uw workout. Een gekoeld drankje is verkrijgbaar bij de balie.

Mineraal water (plat)	1,00 euro
O2 lemon of orange	1,50 euro
Eiwitshake (met water)	1,80 euro
Eiwitshake (met melk)	2,00 euro

Betaling per pin is mogelijk.



Nationaal Bedrijfsfitness Plan

Check eens bij uw werkgever of deze het Nationaal Bedrijfsfitness Plan heeft opgenomen in het arbeidsvoorwaardenpakket. Hiermee kunt u met een belastingvoordeel van maar liefst 40% fitnessen. Sportinstituut Ermelo is aangesloten bij dit Nationaal Bedrijfsfitness Plan. Kijk voor meer informatie op: www.bedrijfsfitnessnederland.nl



Nieuw: yoga

Elke donderdagmorgen om 09.00 uur is er yoga. Door middel van een mix aan lichaamsgerichte oefeningen, met aandacht voor spierspanningen en stress, leer je je lichaam en adem op een juiste manier gebruiken. Met als resultaat... fittere en lenigere spieren, mentale en lichamelijke kracht in de juiste balans.

Facebook/twitter/instagram

Volg ons op twitter @SIermelo

en 'like' ons op

[facebook.com/SportinstituutErmelo](https://www.facebook.com/SportinstituutErmelo)

[facebook.com/DansAcademyErmelo](https://www.facebook.com/DansAcademyErmelo)

Instagram:

@sportinstituut_ermelo

@dansacademyermelo

Ook zijn we benieuwd wat u van onze nieuwe website vindt. Tips en tops welkom!

www.sportinstituutermelo.nl

Een sportief 2018 gewenst!

Wij wensen u prettige feestdagen en een - in alle opzichten - sportief 2018!

Het team van Sportinstituut Ermelo