

Beste leden van BijOns,

OP DONDERDAG 5 MAART A.S. IS DE 1^E LES WALKING SPORTS MARIAHEIDE OP HET KORFBALVELD VAN SCMH.

Iedere week van 9.30 tot 11.00 uur, ook als het wat minder weer is, gaan we bewegen.

Bij slecht weer kunnen we binnen aangepast sporten.

Alle senioren, ook niet leden van BijOns, zijn welkom.

Doel: Door veelzijdig te bewegen houd je je het lichaam sterk, zodat je je langer gezonder en fitter voelt.

De lessen zijn laagdrempelig en zullen zoveel mogelijk aangepast worden aan ieders kunnen.

Ook de sociale verbinding vinden wij belangrijk.

Ria Mikkers, Nellie Schuijlenburch, Wim Ketelaars, Ann Ketelaars zullen iedere keer met minimaal 2 personen de lessen verzorgen. Hanny van de Graaf zorgt voor de administratie e.d.

De eerste lessen komt er een sportcoach van de gemeente Meierijstad om mee op te starten.

De contributie is € 12,50 per maand voor leden van BijOns en zal per half jaar in januari en juli per incasso worden geïnd. Dit bedrag is inclusief een kop koffie of thee per les.

Voor niet leden van BijOns zijn de kosten € 17,50. Ook hier inclusief een kop koffie of thee per les.

Hiervoor wordt ieder halfjaar een betaalverzoek gestuurd.

De 1^e vier lessen (aaneengesloten) zijn voor iedereen gratis. Zo kun je kennismaken met de Walking Sports.

Als je mee wil doen, vul dan onderstaande strook in en doe die bij Hanny van de Graaf, Steenovenstraat 19, Mariaheide, in de brievenbus. Of bel Hanny: 0413-367151.

Wij hopen jullie te ontmoeten op onze Walking Sports ochtenden.

Met vriendelijke groeten,

Bestuur Seniorenvereniging BijOns Mariaheide
en Hanny, Ann, Wim, Nellie en Ria.

Voornaam en achternaam:

Adres:

Postcode en woonplaats

U krijgt 2 formulieren in de brievenbus

die je ingevuld en ondertekend in kunt leveren bij de 1^e les bij Hanny van de Graaf