

April

## Trainingsrooster

MAANDAG:			
08.30-10.15	Harold		FysiFit
13.30-14.30	Edwin	Harold	DM-Fit
18.30-21.30	Iris		FysiFit
Dinsdag:			
09.00-10.00	Esther		FysiFit
10.00-11.00	Esther		55+ Fit
18.30-20.00	Erik S.		FysiFit
19.00-20.00	Erik S.		G-Fit
Woensdag:			
09.00-10.00	Niels		FysiFit
10.00-11.00	Niels		FysiFit
10.00-11.00	Erik S.		B.E.R.T.
12.00-13.00	Niels		ZwemFit
18.00-19.30	Katja		FysiFit
19.00-20.00	Barbara		Zwanger en Fit *
20.00-21.00	Barbara		Zwanger en Fit **
Donderdag:			
09.00-10.00	Erik V.		FysiFit
11.00-12.00	Edwin		LongFit
14.00-15.00	Iris		Stekkenkamp
18.30-21.00	Paul		FysiFit
Vrijdag:			
08.30-10.00	Heleen		FysiFit
10.00-11.00	Heleen		FysiFit

\* Zwanger en Fit praktijk

\*\* Voorbereid bevallen

### Trainerswissel

Er zijn wijzigingen t.a.v. uw begeleiding op maandagochtend en donderdagavond. Coralien heeft haar werkzaamheden overgedragen aan Harold Westhuis en Paul Hans. Harold neemt op maandagochtend de groep over en Paul zal invulling geven aan de donderdagavond.

### Automatische incasso

Helaas is het overgaan op de nieuwe wijze van registratie en incasso van de Fysifit gepaard gegaan met onvoorziene

vertraging. De incasso vindt vanaf nu plaats vanaf een ander rekeningnummer. Hiervoor moeten nieuwe machtigingen getekend worden. Deze ontvangt u van uw trainer/ster. Levert u deze weer z.s.m. in?

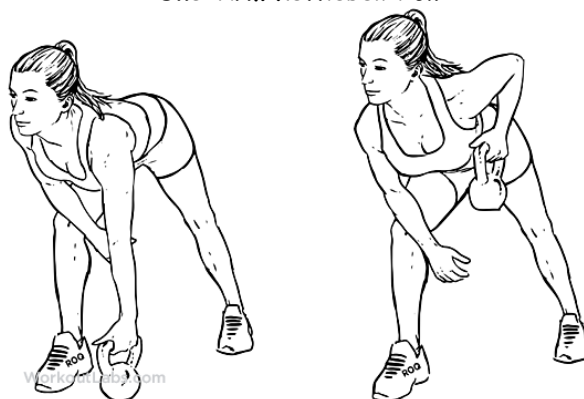
Ter verduidelijking de data waarop incasso heeft plaats gevonden:

- 7 feb incasso fysifit januari (INGrek)
- 23 mrt incasso fysifit feb +zwemfit jan (Raborek)
- 1 april incasso fysifit mrt + zwemfit feb (Raborek)
- Begin april incasso fysifit april + zwemfit mrt (Raborek)
- 1 mei incasso fysifit mei + zwemfit april (Raborek)

### Oefening van de maand

De oefening van de maand maarti is:

#### One-Arm Kettlebell Row



Doet u mee?

### Rubriek: Sportquiz

Iedere maand zal er een sport gerelateerde vraag in de nieuwsbrief staan. Het antwoord kan worden gemaild naar: [sportquiz@fysifit.nl](mailto:sportquiz@fysifit.nl).

Tot en met november 2017 krijgt u iedere maand een sport gerelateerde vraag. Daarna krijgen de 5 personen die de meeste vragen goed hebben beantwoord, een uitnodiging om deel te nemen aan de "December Live Quiz". Tijdens deze finaleronde zullen er maar liefst 10 vragen worden beantwoord en diegene die de hoogste totaalscore haalt, wint een fantastische prijs! Meedoen is gratis!

De vraag van april:

In 1999 werd Agassi de vijfde speler in de geschiedenis van de sport die een Career Slam won: alle vier de grandslamtoernooien. Agassi is de enige speler ooit die alle grandslamtoernooien én de Tennis Masters Cup heeft gewonnen, deel uitmaakte van een winnend Davis Cup-team en de Olympische gouden medaille heeft gewonnen. **Wat is de bijnaam van Andre Agassi?**

### Tot slot

FysiFit gaat weer met u aan de slag en wenst u een goede en gezonde maand toe.

Met sportieve groet,  
 Uw FysiFit team