



## Nieuwsbrief 19-08-2022

Beste leden,

Nog 1 week en dan is de zomervakantie weer voorbij en starten we met het nieuwe seizoen. En er is hard gewerkt aan nieuwe activiteiten en ideeën. Deze zullen verderop in de lekker volle nieuwsbrief genoemd worden. Dus neem je tijd om alles te lezen.

In Augustus 1987 ben ik begonnen met het geven van judolessen in Wommels. Dat is al 35 jaar geleden. Zo lang ben ik al verbonden met Wommels en langzaam heeft dit zich uitgebreid naar omliggende judo-locaties en is het uitgegroeid tot dit mooie Sportcentrum. Het Sportcentrum draait nu 17 jaar op de huidige locatie. In augustus 2005 gooiden we hier de deuren open. En wat mooi dat ik nog dagelijks met plezier mijn activiteiten doe. Het is iedereen aan te raden om van je hobby je werk te maken.

### Verder in deze nieuwsbrief:

1. Reacties op vorige enquête
2. Extra openingstijden vanaf september 2022
3. Start bootcamp op woensdagavond
4. Start nieuwe groepsles Duo Dance Mix (DDM) op dinsdagavond
5. In de loop van september lanceren we onze App
6. 10 september optreden op Terp
7. Dinsdag 4 oktober Fitdag 65+
8. personeel
9. Biljartvereniging Wommels start half september
10. Workshop positief zelfbeeld op zaterdag 17 sept.2022
11. Afslankprogramma "Monique vertelt...."

### AD 1: reacties op juni enquête:

Er zijn (slechts) 31 mensen die de enquête van juni hebben ingevuld. Er zijn een aantal bruikbare tips uit gekomen, een boel complimenten, een aantal opmerkingen die mij weer aanscherpen zoals vragen over ruimere openingstijden etc. voor dit laatste heb ik een enquête uitgezet.

Ook blijkt uit de juni enquête dat veranderingen niet bij iedereen zijn aangekomen. Zoals:

> er is tegenwoordig WEL yoga in de vakantie, muv een paar keer in de zomervakantie als echt iedereen weg was.

> En we hebben al bijna 2 jaar een actie lopen voor ONZE LEDEN om nieuwe leden te werven. Je verdient TWEE maanden gratis sporten als je een nieuw lid inbrengt. Jouw voordeel kan oplopen van €46 tot € 86 (afhankelijk van jouw abonnement).

Deze actie loopt overigens nog steeds...dus maak je vrienden en kennissen maar warm voor jouw favoriete Sportcentrum.

> we werken niet meer met abonnementen van 6 maanden of een jaar. Je wordt lid als je dat wilt en je meld je af als je niet meer wilt (met inachtneming van een maand opzegtermijn).

### **AD 2: extra openingstijden:**

Ik realiseer me goed dat de markt aan het veranderen is. De Sportcentra die 24/7 open zijn, geven een "luke gevoel" van altijd te kunnen sporten als jij dat wilt. Ik zou je willen vragen om na te gaan of jij juist op andere tijden wilt sporten, of dat je het zo oké vindt? N.a.v. de juni-enquête komen er sowieso na de zomer al gelijk 2 momenten waarop we extra open zullen gaan.

1. We starten op zaterdag 3 september al met opengaan (ipv oktober) en zullen dan open zijn van 9-12 uur.
2. We gaan vanaf 6 september op dinsdagmiddag open vanaf 13 uur en dan gewoon tot 22 uur.

Verder komt er in de loop van de week een nieuwe enquête op de website, die je in kunt vullen om aan te geven welke tijden jij graag zou willen sporten, die nu niet beschikbaar zijn. Ik zal dan gaan kijken wat er extra haalbaar is en dat met jullie communiceren.

### **AD 3: start bootcamp op woensdagavond 7 september om 19.30 uur:**

Ja, we gaan starten met bootcamp en hiervoor hebben we de voormalige (top)atleet Rens Groneschild gevraagd. Dit is wat hij er zelf over zegt:

*"In februari 2022 kwam ik met mijn vrouw en 2 zoontjes in Wommels wonen. Naast eigen atletiektrainingen en bootcamplessen heb ik de afgelopen 20 jaar ook veel lessen mogen geven, van kleuters tot volwassenen, op allerlei verschillende niveaus. Toen Véronique vroeg om een les bij het sportcentrum te geven, was dat het duwtje in de rug om dit weer op te pakken. Binnenkort starten we met bootcamp, ik kijk ernaar uit om weer met een leuke groep aan de slag te gaan!"*

*Op momenten dat mijn gezin en werk als software-ontwikkelaar het toelaten, ren ik een rondje door de omgeving, meestal met kinderwagen. Op maandag is de survivaltraining bij het Sportcentrum elke keer weer een mooie uitdaging en zo nu en dan kun je me bij de fitness vinden. Variatie is daarin het sleutelwoord en dat komt ook terug in de bootcamplessen die ik ga geven: door telkens te variëren in oefeningen en vormen, blijft sporten leuk en uitdagend. Kom jij meedoen op woensdagavond om 19.30 uur? Verzamelen bij het Sportcentrum. We gaan door weer en wind. Je mag uiteraard een proefles doen om te ervaren hoe het is."*



#### **AD 4: Start nieuwe groepsles Duo Dance Mix op dinsdagavond om 20.30 uur:**

Op dinsdagavond 13 september starten we met een nieuwe les DDM: Duo Dance Mix. Wat is dit voor les?

DUO: Tessa en Marit gaan deze les samen geven en je bent van harte welkom om samen met iemand te komen, maar uiteraard ben je ook alleen welkom.

DANCE: lekker een uur dansen en even los van alle dagelijkse dingen

MIX: er zit allerlei soorten dans in: aerobics, zumba, moderne dans, step, hiphop etc. Alles komt elke les aan bod.

Er worden nieuwe combinaties en dansen aangeleerd en op een gegeven moment herken je de muziek en gaat je lichaam vanzelf in beweging.

Kom je ook meedoen? Je mag dat even doorgeven aan Tessa of Marit of stuur mij even een mailtje: [info@sportcentrumakkermans.nl](mailto:info@sportcentrumakkermans.nl)

#### **AD 5: In de loop van september lanceren we onze App:**

Sportcentrum Akkermans is een samenwerking aangegaan met Virtuagym. Dit houdt in dat we een eigen App krijgen waarmee we jullie nog beter kunnen begeleiden, coachen, informeren en uitdagen....Het wordt super leuk en we zijn nu druk in de voorbereidingen. Als de voorbereidingen afgerond zijn, ontvangen jullie vanzelf een uitnodiging in jullie mail voor het aanmaken van een account.

#### **AD 6: 10 september optreden op Terp:**

Op zaterdag 10 september is er het UIT FESTIVAL in Wommels. Hieraan doen 3 dansgroepen van ons mee: Kids Swing (kinderen uit groep 1 t/m 3), Funky Kids (kinderen uit groep 4 t/m 7) en Zumba kids (kinderen van groep 7 en ouder). Het is 's middags van 13-17 uur. De exacte tijden zijn nog niet bekend, maar voel je welkom om te komen kijken...het wordt erg leuk!

#### **AD 7:Dinsdag 4 oktober Fitdag 65+:**

Dinsdag 4 oktober zal er voor de 3e keer een Fitdag georganiseerd worden in het Sportcentrum. Dit wordt georganiseerd door de Gemeente SWF voor de bewoners van Wommels e.o. van 65 jaar en ouder.

Voor deze dag hebben we nog een aantal vrijwilligers nodig, dus als deze doelgroep je aanspreekt, meld je dan even bij mij. De dag zal zijn van 9.30 uur tot ongeveer 15.00 uur.

#### **AD 8: personeel:**

Verder zijn wij nog steeds op zoek naar nieuwe mensen om ons Team Akkermans te versterken. Het gaat om fitness, spinning, yoga en groepslessen.

Weet jij of ken jij mensen die graag in de sport (willen) werken, dan mogen ze mij mailen: [info@sportcentrumakkermans.nl](mailto:info@sportcentrumakkermans.nl) en ik nodig ze dan uit voor een gesprek.

#### **AD 9. Biljartvereniging Wommels:**

Zoals al gemeld in de vorige nieuwsbrief zal biljartvereniging Wommels actief zijn in het Sportcentrum. Dat zal gebeuren vanaf half september 2022 en wel op dinsdagmiddag en op donderdagavond.

We kijken uit naar een plezierige samenwerking.

#### **AD 10: Workshop positief zelfbeeld op zaterdag 17 sept.2022:**

*"Veel mensen hebben moeite met het liefhebben van hun lijf of zichzelf als persoon. Wanneer je geen liefde voor jezelf of je lijf voelt kan dit je zelfvertrouwen beïnvloeden. Je kan maar beter van jezelf houden en dat word tijd vind je niet?"*

*Ervaar jij moeite met: • het liefhebben van je lijf • het accepteren van jezelf als persoon*

*En wil je leren: • hoe je dit zelf kan doorbreken • welke tools je nodig hebt voor blijvend resultaat • jezelf in liefde te zien*

*Dan is deze workshop voor jou! We starten de middag met een klein stukje theorie, we doen een sessie "spiegel werk" en na een kleine pauze gaan we op trancereis. Dit is een meditatie waarbij je kennis gaat maken met de zelfverzekerde versie van jouzelf! Doormiddel van deze technieken die hun grondslag vinden in NLP en energiewerk leer je hoe je op een diep onderbewust niveau blijvend resultaat kan boeken. Op weg naar een zelfverzekerde jij! "*

Datum: 17 September, Tijd: 13.00-16.00 uur, Prijs: € 79,-  
Maximaal 6 deelnemers.

Opgave:[info@sportcentrumakkermans.nl](mailto:info@sportcentrumakkermans.nl)

Host: Phina Kemper <https://zana-healing.iimdosite.com>

Locatie: Sportcentrum Akkermans in Wommels

Tips: Trek kleding aan waarin jij je fijn en comfortabel voelt. Neem je een flesje mee om water bij te vullen? De inloop is vanaf 12:45 uur.



**AD 11: Afslankprogramma “Monique vertelt....”**

“Ik ben nu een aantal maanden met een "nieuwe leefstijl" bezig. Eerst dacht ik, 'het zal wel, hoe kun je nu zoveel afvallen al je zoveel mag eten' Maar echt ik ben al 10 kilo kwijt zonder honger te hebben. Mensen om mij heen vragen of ik op dieet ben omdat ik al zoveel afgevallen ben, maar ik zeg altijd, " dieet?, daar doe ik niet aan. Het is gewoon een andere leefstijl, ik mag super veel hebben en ben lekker aan het sporten. En zeg nou zelf, van bewegen wordt je fit, en wie wordt er niet blij van nieuwe kleding kopen en er achter komen dat je niet meer bij de grotere maten hoeft te kijken..... Ik word heel goed begeleid door Véronique en als het even niet lukt is ze er om mij weer even een positieve boost te geven.”

Ben je nieuwsgierig geworden en wil je ook afslanken? Neem dan even contact met mij (Véronique) op: [info@sportcentrumakkermans.nl](mailto:info@sportcentrumakkermans.nl)

Dat was een heleboel, volgens mij leuke, informatie in deze nieuwsbrief.

Heb je vragen? Mail mij dan: [info@sportcentrumakkermans.nl](mailto:info@sportcentrumakkermans.nl)

Kijk je ook regelmatig op onze website? [www.sportcentrumakkermans.nl](http://www.sportcentrumakkermans.nl)

Warme groet en tot snel

Véronique

Namens Team Akkermans

(06-15878393)

[info@sportcentrumakkermans.nl](mailto:info@sportcentrumakkermans.nl)

