



AGENDA

24 maart 2010	Laatste SneeuwFit Binnentraining	
28 maart 2010	Laatste SneeuwFit Buitentraining	LET OP ZOMERTIJD !!
7 april 2010	Eerste ZomerFit buitentraining	
12 – 13 juni 2010	Weekendje weg in eigen land – Zeilen en fietsen	
18 september 2010	Start winter seizoen	

TRAININGEN ZOMERSEIZOEN 2010

Heb je zin om een zomer lang lekker en gezellig te trainen en zo je conditie op peil te houden, doe dan mee met de **ZomerFit training**.

Ook dit jaar zal Jos Leen de trainingen verzorgen. Woensdag 7 april is de eerste training. We starten om 19:30 uur en de trainingen duren ca 75 minuten.

Voor een beetje afwisseling zullen we ook dit jaar op verschillende plaatsen starten. De eerste startlocatie is de parkeerplaats bijbij de sportvelden van Union, aan de rijksweg tussen Nijmegen en Malden.

Uiteraard gaan ook deze zomer de **Nordic Walking Gidsgroep** op de dinsdagmiddag en de **Nordic Fitnes** groep op zaterdagmorgen gewoon door.

Klik door naar de [website](#) voor meer informatie over het aanbod aan trainingen van Sint Bernard in het zomerseizoen.

STARTPLAATS INFORMATIE

<u>Maand</u>	<u>Nordic Walking</u>	<u>ZomerFit</u>
April	Sint Walrick	Parkeerplaats Union
Mei	Parkeerplaats Union	Sint Walrick
Juni	Sint Walrick	Parkeerplaats Union

Eventuele wijzigingen in de startlocaties zullen in de nieuwsbrief en op de website worden vermeld.

BESTUURSMEEDEDELINGEN

Strippenkaartsaldo

Let op je strippensaldo. Koop een nieuwe strippenkaart als je saldo niet meer toereikend is.

Ledenadministratie

Adreswijzigingen graag per e-mail doorgegeven aan Marcia van Zwam, m.vanzwam@gmail.com

Geen interesse in deze nieuwsbrief, een mailtje naar sint-bernard@hetnet.nl en we halen u van de mailinglijst.



KvK Arnhem: 41147010
<http://www.st-bernard.nl>

ING rekening: 2045438