

### Nieuwsflash

HAISAI, (begroeting op het Japanse eiland Okinawa)

Tussen twee nieuwsbrieven door krijgen jullie deze nieuwsflash om de laatste nieuwtjes tijdig te vernemen.

Nog vragen? Bel, mail of kom gerust langs...

## CYCLING DINSDAG EN WOENSDAG ½ UUR VROEGER



Vanaf dinsdag 14 november 2006 wijzigen de uren van de cycling-lessen op dinsdag en woensdag opnieuw naar 19.30 u en 20.30 u.

Op aanvraag van de klanten komen we terug op het vorige uurrooster voor de cycling op dinsdag en woensdag. Blijkbaar passen deze uren beter voor de meeste leden.

Wij zijn steeds bereid te luisteren naar jullie, en proberen te doen wat mogelijk is om te voldoen aan jullie wensen.

## VOLDOENDE PLAATS IN GROEPSLESSEN

Sinds 9 oktober 2006 passen we een nieuw systeem toe voor de groepslessen. De voorinschrijvingen zijn weggefallen en vanaf een half uur vóór de les kunnen jullie een kaartje verkrijgen aan de balie.

Maar geen schrik hebben hoor! Er is voldoende plaats voor iedereen. We hebben ons lessenspakket uitgebreid en 7 extra cycling-fietsen aangekocht.



En in het geval een groepsles toch zou volzet zijn, bieden we jullie een aangepaste training aan in de fitnesszaal die zoveel mogelijk aanleunt bij de betreffende groepsles. Dus sporten kunnen jullie altijd in Okinawa!

## MISS en MISTER HALLOWEEN 2006



### Proficiat aan de griezels



#### "MISS HALLOWEEN"

De loopster die net terug was van haar koelbloedige moord tijdens haar dagelijks rondje joggen.



#### "MISTER HALLOWEEN"

De weerwolf die rond middernacht tijdens volle maan zin had in een dessertje 'rat op zijn Halloweens'...



Willen deze schepsels zich bekend maken? Dan kunnen we de beloning toekennen!

## EEN MAAND GRATIS SPORTEN IN OKINAWA!!

## EXTRA CYCLING INDIEN VOLZETTING

Het weer begint zienderogen te verslechteren om buiten te sporten. Veel fietsers besluiten dan de conditie op peil te houden tijdens de winter door regelmatig de cycling-lessen te volgen.

Indien er plots veel leden afkomen voor de cycling-lessen, zijn we bereid extra lessen cycling toe te voegen aan het huidige weekrooster.

VLV!! (Vive Le Vélo)



## SPORTIEVE GROETEN EN TOT BINNENKORT!

Wij hopen jullie letterlijk en figuurlijk op te warmen tijdens de komende winter; en jullie gezondheid en fysiek zo optimaal mogelijk te houden, zodat jullie sterk genoeg zijn om alle winterkwalen tegen te houden.