



Soester Health Club

NIEUWSBRIEF JANUARI

!!! EEN HEEL GELUKKIG EN GEZOND 2010 GEWENST !!!

Een nieuwsbrief met:

- GOEDE VOORNEMENS
- VRIENDINNEN-HEALTH ARRANGEMENT
- BONUS
- WEBSITE

EEN NIEUW JAAR MET GOEDE VOORNEMENS

De eerste nieuwsbrief van een nieuw jaar is altijd weer bijzonder. Nieuwe plannen, goede voornemens, het hoort er zo bij. Het bijzondere is dat deze plannen en voornemens niet nodig zouden behoren te zijn. Wanneer je het hele jaar door je leven in goede balans leidt hoef je geen veranderingen door te voeren bij de start van een nieuw jaar. Maar als er wat minder balans in je leven is, dan is dit een fantastisch moment om te starten met een voor jou gezondere manier van leven.

En daar helpen wij met de Soester Health Club heel graag bij: 'een gezondere manier van eten, een goede manier van bewegen en voldoende ontspanning in je leven.' Daar staan we voor, en niet alleen in januari, maar het hele jaar door! We helpen om je doelen te verwezenlijken. Wil je nu eindelijk definitief je 'gewichtprobleem' aanpakken en/of het bewegen een serieuze plek gaan geven in je leven, maak dan zo snel mogelijk een afspraak. Stel niet uit, bel of mail ons. We maken een programma op maat voor je, wat helemaal op jou wordt afgestemd. Op deze manier wordt het een prettige manier van 'gezond leven'.

Wel een heel goede manier om je eigen gezondheid en die van je vriend(inn)en een goede start te geven:

het **VRIEND(INN)EN –HEALTH ARRANGEMENT**

Een erg leuke, sportieve en gezonde vorm om met je vriend(inn)en of familie samen een heerlijke avond of dag(deel) door te brengen in 't Paviljoen, wat dan volledig voor jullie beschikbaar is. Een arrangement kan worden samengesteld naar behoefte, wat te denken van:

- Een les Pilates en workshop voetmassage
- Een les Relaxercise en workshop handmassage
- Een les verdieping in Pilates (voor gevorderden) en workshop 'Voeding op Maat'
- Een combinatie les van (verdiepte) Pilates en Relaxercise
- Een workshop verdiepte Pilates

Alle combinaties zijn mogelijk en uiteraard verzorgen we alle hapjes, drankjes en 's middags de lunch. En dit doen we gezond en waar mogelijk biologisch.

Voor groepen van 4 tot 10 deelnemers. Een arrangement is helemaal in overleg, ook voor het tijdstip overleggen we wat het beste uitkomt. Het tarief is vanaf €35,- per persoon. De duur van een arrangement is tussen de 2½ en 3 uur. Voor informatie en aanmeldingen kun je ons bellen of mailen.

BONUS

Niet alleen de bekende grootgrutter doet aan bonus, ook de Soester Health Club doet eraan. Zoals je waarschijnlijk weet kun je bij ons bonuslessen 'verdienen'. Je krijgt een bonusles wanneer iemand door jouw inspanningen lid wordt van de SHC.

Voor de maanden januari en februari doen we nog iets extra's . Wanneer iemand door jou in deze maanden lid wordt krijg je naast je bonusles nog iets extra's: een lekker/leuk en gezond verrassingspakket.

WEBSITE

We doen er veel aan om de site up to date te houden. Nieuw is een korte video EN er staan reacties op van een aantal van onze leden. Wij zijn hier heel blij mee, omdat dit een veel beter beeld geeft over de SHC. Wie kan er nu duidelijker uitleggen hoe het is om bij ons lid te zijn dan onze leden zelf. Kijk op de site: www.soesterhealthclub.nl . Wil je ook je reactie op de website zetten, stuur ons een email en wij plaatsen het stukje. We zien het heel graag tegemoet.

Tot snel weer in 't Paviljoen.
Met gezonde groet,
Hester en Michael