

## VOOR DE WEDSTRIJD A EN B ZEILERS UIT



### START OP ZONDAG 15 JANUARI 2012 DE WINTERTRAINING

TRAINER:	GEA JUTJENS EN EVT. GASTTRAINER(S)
ONDERWERP:	CONDITIETRAINING EN CORE-STABILITY
DATA:	15, 22, 29 JANUARI EN 12 EN 19 FEBRUARI 2012
AANVANG:	10.15 UUR - 12.15/12.30 UUR
KOSTEN:	7,50 EURO PER KEER (BIJ DEELNAME VAN MIN. 6 PERS)
BENODIGDHEDEN:	MATJE (EVT. + GROTE/ EXERCISE BAL)
AANMELDEN:	VOOR 5 JANUARI 2012, BIJ INGEBORG VAN GOOR ( <a href="mailto:VANGOOR@HETNET.NL">VANGOOR@HETNET.NL</a> )