

Nieuwsbrief Skivereniging Gelderse Vallei

december 2018 - 12^e jaargang - #50

Redactie en foto's: Nico de Gouw | webmaster: Jeroen Rams

Informatie: skigeldersevallei@hetnet.nl

www.skigeldersevallei.nl

Secretaris: tel. (0318) 64 11 24 b.g.g. 0317-415140

IBAN-bankrekeningnummer: NL60 INGB 0003 8867 97



★ *Prettige feestdagen*

en een sportief 2019



Uitnodiging voor nieuwjaarsstoost en clinic curling op vrijdag 4 januari

Kom sportief en gezellig met ons nieuwjaar vieren. Dat doen we op vrijdagavond 4 januari. Afgelopen januari waren we met meer dan dertig SneeuwFit'ers en introducees. Ook nu is onze nieuwjaarsontmoeting tevens een clinic curling op



de overdekte ijsbaan Friends on Ice op het Raadhuisplein in Ede. Inloop vanaf 19:15 uur. We starten om 19:30 uur met warme chocolade-melk met slagroom of

glühwein. Na introductie van de spelregels gaan we curlen. Curling speel je op ijs met afgeplat-te, ronde stenen met een handvat. Die schuif je naar de cirkel (dolly) aan het einde van de baan. We spelen met en tegen elkaar. Warm aankleden; schoenen kun je aanhouden.

Je krijgt ook smakelijke hapjes. Na de prijsuitreiking en een drankje sluiten we rond 22.00 uur af. Dit arrangement kost 25 euro, maar het bestuur geeft de SneeuwFit-deelnemer € 12,50 korting. Je kunt dus meedoen als je € 12,50 bijdraagt. Voor een introducee is de bijbetaling 25 euro.

Mail uw komst voor 28 december naar de secretaris.

Oefenen en trainen op skisimulator

In de SneeuwFit-lessen staat regelmatig de skisimulator opgesteld. Dat geeft je volop kans om skihouding en -beweging te trainen. Eind november waren we met onze skisimulator present bij de skibeurs van Intersport Winners



in Wageningen. Veel bezoekers stapten op om te oefenen. Een aantal SneeuwFit-deelnemers heeft hun ski's een onderhoudsbeurt laten geven. Dat

leverde hen een Winners-tegoedbon van € 12,50 op. Misschien ziet ook u mogelijkheden om door het opstellen van de skisimulator mensen attent te maken op een goede voorbereiding op de wintersport. Bijvoorbeeld in een bedrijfs-event of personeelsactiviteit. Ideeën of tips: laat het weten!

Goed voornemen: > SneeuwFit <



Sportieve voor-nemens bij de jaar-wisseling kan menig wintersporter 'prikkel' om te gaan SneeuwFit. Als last minute instromer tot aan de Krokusvakantie. Of

met een abonnement, dan kom je gewoon zo vaak als je kunt. Vanaf 7 januari bent u welkom in onze avondtrainingen. Wie overdag op vrijdagmiddag mee wil doen aan Ski Compact, dient zich snel aan te melden. Via de website of bel / mail naar secretaris Fenna Fleer.

Agenda

Ma. 10 en 17 dec. 20-21u: SneeuwFit, sportzaal Soetendaal, Halderweg 48, Bennekom (olv Guno Burgzorg / Bauk de Groot).

Di. 11 en 18 dec. 20.30-21.30u: SneeuwFit, sportzaal Maandereng, Mesdagstraat 3, Ede (olv Bauk).

Wo. 12 en 19 dec. 20.00-21.00u: SneeuwFit, gymzaal Zoete Inval 6, Veenendaal (olv Bauk / Guno).

Do. 13 dec. 20.00-21.00u en 21.00-22.00u : SneeuwFit, zaal Verlengde Parkweg 49a, Ede (olv Inge Haverlag).

>attentie: **Do. 20 dec. 20.30-21.30u : SneeuwFit** (groepen gecombineerd), Verlengde Parkweg.

Attentie: in de Kerstvakantieweken is er geen SneeuwFit

Vr. 4 jan. 14.00-15.00u: Start Ski Compact (ovb), gymzaal Goudmos 1, Veenendaal (op vr. t/m 22 febr.).

Vr. 4 jan. 19.30-22.00u : Nieuwjaarsstoost skiver. en clinic curling, ijsbaan, Raadhuisplein, Ede-centrum.

Ma. 7 jan. 20-21u: SneeuwFit, sportzaal Soetendaal, Bennekom (op ma t/m 18 febr., daarna 4 t/m 25 mrt).

Di. 8 jan. 20:30-21:30u: SneeuwFit, sportzaal Maandereng, Mesdagstr 3, Ede (op di t/m 19 feb).

Wo. 9 jan. 20:00-21:00u: SneeuwFit, gymzaal Zoete Inval 6, Veenendaal (t/m 20 febr. olv Guno / Bauk).

Do. 10 jan. 20-21u en 21-22u: SneeuwFit, zaal Verlengde Parkweg 49a, Ede (op do t/m 21 febr. + 4x in maart).

Optie: week van 11 of 18 mrt: praktijkuur skiën op skibaan (locatie, datum en tijdstip nog te bepalen).

Do. 4 april 19.30-20.30u: Start ZomerFit, bosgebied De Sijsselt, Nwe Kazernelaan, Ede (t/m 27 juni).