

PERSBERICHT

17-07-2018

Nordic walking breidt uit naar Beinsdorp

HOOFDORP – Na een succesvol seizoen nordic walking in Zwaanshoek, breidt Team Sportservice Haarlemmermeer samen met Stichting Maatvast de wandelgroep uit naar Beinsdorp. Vanaf 24 juli 2018 zijn beginners en liefhebbers welkom om elke dinsdag van 09.30 – 10.30 uur nordic walking te beoefenen onder begeleiding van een bevlogen docent.

De nieuwe nordic walking-groep vloeit voort uit het enthousiasme van docent Ruud Jongerhuis. Hij volgde als vrijwilliger een wandelopleiding via Team Sportservice en organiseert sindsdien met veel plezier zijn lessen. “We leggen tussen de drie en de vijf kilometer af. Dankzij de poles werken we met het hele lichaam”, vertelt hij. Daarnaast bestaat de les uit verschillende loop- en spierversterkende oefeningen.

Naast de positieve effecten voor lichaam en geest, is de wandelgroep ook een sociale activiteit die wordt afgesloten met een kopje koffie of thee in het dorps huis. Is nordic walking jou op het lijf geschreven of ben je benieuwd? Kom gerust op dinsdagen langs en loop mee. De eerste les is gratis en op 24 en 31 juli biedt Stichting Maatvast het kopje koffie of thee aan. Je hoeft je van te voren niet aan te melden en ook zonder poles/stokken is de les goed te volgen.

De eerste les vindt plaats op dinsdag 24 juli van 09.30 – 10.30 uur met als startlocatie dorps huis Het Eiland, Rietkraag 5, 2144 KA in Beinsdorp. De eigen bijdrage voor nordic walking bedraagt € 2,- per les, exclusief het kopje koffie. Neem bij vragen contact op met coördinator Yaël Goudsmit van Team Sportservice Haarlemmermeer via ygoudsmit@teamsportservice.nl of 023 – 205 55 03.

Noot voor de redactie:

Neem voor meer informatie contact op met Sanne Kouters van Team Sportservice Haarlemmermeer via 023 - 205 55 10 of skouters@teamsportservice.nl.

Over Team Sportservice

Team Sportservice Haarlemmermeer is het lokale sportloket voor gemeente Haarlemmermeer en omstreken en informeert, adviseert en begeleidt mensen op sportgebied. Onze drijfveer is om écht ieder mens, en daarmee de maatschappij, maximaal te laten profiteren van de positieve effecten van sport en bewegen. Team Haarlemmermeer is ook actief in de regio Amstel- en Meerlanden, onder andere met het samenwerkingsverband Aangepast Sporten. Team Sportservice Haarlemmermeer wil bij alle inwoners van Haarlemmermeer een gezonde leefstijl stimuleren en hen plezier en voldoening laten ervaren in sport en bewegen.
