



**sanidrome**  
het badhuis

showroom  
advies  
ontwerp  
installatie

Geef uw persoonlijkheid de ruimte

Als geen ander weet Sanidrome design, comfort en techniek met elkaar te combineren. Tot in het kleinste detail spelen wij in op uw wensen en behoeften. Onze ervaring en ons vakmanschap staan bovendien garant voor een gedegen advies, creatief ontwerp en vakkundige installatie van uw nieuwe badkamer.

www.sanidrome.nl/hetbadhuis  
Lutkelaan 4, Scheemda 0597-592109

de betere badkamer

## een woord van ... Marith van Zal

Ik ben Marith van Zal, 15 jaar geleden geboren in Almere en zoals dat genoemd wordt (samen met Laura Wierenga) de 2e generatie. Voor mensen van buitenaf leek het vrij logisch dat ik in de sportschool les zou gaan geven. Niet alleen omdat ik van (ritmische)lessen hou, maar ook omdat ik de dochter ben van.... Voor mij was het echter niet zo duidelijk. Ik zag mezelf nog niet zo voor de groep staan. Pas een jaar nadat mijn vader dit bespreekbaar had gemaakt was ik hier zelf klaar voor. Nu is het niet zo dat de mensen mij direct voor de groep terug gaan vinden. Eerst begin ik met enkele opleidingen (Peuter, kleuter en kidsdance). In eerste instantie zijn de kleintjes degene die mij voor de groep zien

staan. En mede omdat ik in mijn examenjaar zit is dat het meest belangrijk voor mij. Ondanks dat dansen een belangrijk deel van mijn leven is, zal ik me aankomend jaar toch erg op de studie richten. Ik doe 'Zorg en Welzijn', wel weer heel wat anders dan sporten en loop in november stage bij Ellen Veen. In mijn sportcarrière ben ik begonnen (na mijn zwemlessen) met gym, wat later over is gegaan in turnen. Op mijn 8e ben ik begonnen met paardrijden en hierna met Streetdance en Hip Hop. This oefen ik vaak voor ons demoteam, maar ook voor eigen dansjes en natuurlijk al een beetje voor (straks) de kleintjes. Ondanks dat er al jaren een (oude) tekening van mij op de sportschool hangt, gaan jullie mij aankomend jaar pas 'echt' in de sportschool zien (na jaren zelf hier gesport te hebben).



## Sportkleding

Eind vorig jaar zijn we gestart met wielrenkleding (eerst voor de zomer, later uitgebreid naar de lente en herfst, voor de winter hebben we nog niets te bieden). In de nazomer van 2013 komt hier een set hardlooptekleding bij. En zoals de plannen er nu voorstaan komen we begin 2014 met fitnesskleding voor mannen en vrouwen.

Een wielrenset kost bij ons € 85,00 (kostprijs incl. BTW). Dit betekend dat een setje van gelijke kwaliteit in de winkel al snel rond de € 125,00 kost. Je vraagt je misschien af: 'waarom tegen kostprijs?' Daar kunnen we open en eerlijk over zijn. Natuurlijk zijn wij blij dat onze klanten voor ons (en onze medesponsors) reclame willen dragen. En om dit betaalbaar te houden bieden wij dit tegen kostprijs aan. Geen van onze sponsors moeten hier aan verdienen.

Een setje been en armwarmers kost € 27,50 (incl. BTW). Een hardloopteking kost € 65,00 (kostprijs incl. BTW). De kleurstelling alsmede de vormgeving zijn bij beide setjes gelijk gehouden. Dus bij beiden een broek met een singlet (bij het hardlopen) en een t-shirt (bij het wielrennen). Wat de fitnesskleding gaat kosten en hoe deze eruit ziet, staat straks in de editie van januari 2014.

## Opleidingen voor meer aanbod

Nazomer betekent voor ons weer cursustijd. De drukke sportperiode zit er dan weer aan te komen en we willen niet hetzelfde als voorgaande jaren aanbieden, maar juist kijken welke vernieuwing er voor het nieuwe jaar aan zitten te komen. Zo gaat Saskia diverse cursussen volgen (vervolg Yoga, masterclass Steps, peuter en kleuterdans), Anouk gaat bezig met scholing omtrent voedingsdeskundige, diëtisten fitness A, Laura met fitness A, Marith met peuter, kleuter en kidsdance, Fay met Zumba A, Jari gaat verder met zijn stappen naar fysiotherapeut en Roy met vervolg Pilates. Hierdoor kan het zijn dat er een paar lessen lessens vervallen, maar hierover wordt u tijdig geïnformeerd via de website of in de betreffende lessen. Onze inzet van nu geeft jullie straks weer uitbreiding van aanbod. (RvZ)

## Puurenkuur Yoga ontspanning



Sinds het voorjaar van 2013 kan men mij (Saskia Hofstede) ook op andere plaatsen dan in de sportschool tegenkomen. Zo zijn een aantal mensen mij al tegengekomen bij Fontana in Bad Nieuweschans waar ik in het weekend een Yogaweekend verzorg met 4 lessen (1 op de vrijdagavond, 2 op de zaterdag en 1 op de zondagmorgen). Daarnaast ben ik ook het aanspreekpunt van Puurenkuur (het bedrijf waar u deze arrangementen kunt boeken).

Aangezien de samenwerking tussen mij, Fontana en Puurenkuur goed bevalt, heeft u kans dat u ons op meerdere plaatsen gaat tegenkomen en misschien zelfs wel met meer en andere lessen. Voor meer informatie en boekingen kijk op: www.puurenkuur.nl. (Saskia Hofstede)

Op hun site kan je ook zien dat ze meer van deze weekenden aanbieden (ondermeer in Domburg, maar ook een week in Turkije en Egypte). Daarnaast verzorgen ze ook weekenden met Combat, Pilates etc. Het is de bedoeling dat u mij/ons straks ook in het buitenland kunt tegenkomen. Dit jaar staat er nog een weekend gepland in Fontana en nog een week in Turkije (ook hier staan er meer van gepland maar valt of staat alles met het aantal inschrijvingen).



## Gezinskorting

Sporten met het gehele gezin blijft een prijzig verhaal. Iedereen wil aan zijn of haar keuze van sport deelnemen. Bij iedere sportvereniging kunt u een sport bedrijven. Het voordeel van een sportschool is dat u meerdere sporten kunt uitoefenen. Van fitness, cardio, ontspanningslessen, ritmische lessen, vechtsporten etc. Helaas zijn er voor sportscholen geen subsidies, dus moet alles vanuit commerciële middelen betaald worden en is hierdoor een jaarabonnement (veelal het goedkoopste abonnement) duurder dan het lidmaatschap bij een vereniging. Ondanks dat diverse sportscholen (al dan niet gezamenlijk) hebben getracht een subsidiepot los te krijgen voor het sporten (voor mensen met een minimaal inkomen) in een sportschool.

Natuurlijk bestaat dit al via de IGSD (InterGemeentelijke Sociale Dienst), maar vanwege de crisis is overal behoorlijk in gesneden. Ik begrijp dat je iedere euro maar één keer kunt uitgeven, maar ik ervaar dit (niet alleen uit zakelijk oogpunt maar ook privé) als een verkeerde zuinigheid. Tenslotte doe je bij het sporten (sociale) contacten, zelfvertrouwen, een betere gezondheid, netwerk etc. op. Zo begrijp ik ook niets van het wegsaneren van banen, dit levert geen geld op maar kost veelal geld aan uitkeringen en afvloeiingsregelingen.

Om de kosten binnen een sportabonnement enigszins binnen de perken te houden hebben wij 10% korting voor ieder gezinslid ingeschild (voor minimaal 3 gezinsleden). Veel sportscholen hanteren een tarief voor een gezin, ongeacht het aantal leden. Achter de schermen weten we dat ze er hierbij vanuit gaan dat een aantal leden niet komen en dus betalen voor iets waar ze geen gebruik van maken. Dat deze benadering bij ons anders is blijkt uit het feit dat u per gezinslid 10% korting krijgt bij 13x per maand sporten en zelfs 20% korting bij 18x sporten per maand. De sporter van de maand krijgt zelfs 25% korting (maar dat is maar voor één persoon weggelegd). Visie hierachter is dat u alleen betaald voor zaken waar u voordeel van heeft. Resultaat behaalt u alleen door actief te sporten, dus maakt dit de cirkel weer rond. Want hoe meer u sport hoe goedkoper het wordt. Hoe meer resultaat, hoe positiever u bent over het sporten, wat anderen weer aanzet om met u mee te gaan, wat betekend dat u 10% korting krijgt per sportend lid die u aanbrengt. Tot maximaal 10 personen, dan sport u gratis. Goedkoper kan toch niet??? (RvZ)

**Colofon**

Tekst en redactie  
Roy van Zal & Saskia Hofstede  
Petra van der Velde, InTextenro

Opmaak en foto's  
Poppen Vormgeving en Communicatie

Druk  
Janssen Pers

**abiant** uitzendgroep

De ideale opstelling

Het is voor ons een sport om de juiste persoon op de juiste plaats te krijgen.

Interesse in medewerkers of een leuke baan? Neem dan contact op met de vestiging in Scheemda Stationsstraat 8 | 0597 59 11 15

Abiant. Altijd dichtbij.  
Abiant heeft ook vestigingen in:  
Groningen, Badum, Leeke, Spijk, Stadskanaal en de provincies Friesland en Drenthe.

Abiant. Dat komt goed. [www.abiant.nl](http://www.abiant.nl)

**abiant** uitzendgroep