

Nieuwsbrief Akwaak Zwemschool Duiven



In dit nummer:

1. Nieuwsbrief
2. Nieuwe doelgroepen
3. Inhaalmogelijkheden
4. Facebook
5. Blauwe schoentjes
6. Kinderfeestje
7. Weetjes

Beste allemaal,

Hierbij ontvangen jullie de allereerste nieuwsbrief van Akwaak zwemschool Duiven. Met deze nieuwsbrief willen wij jullie informeren over allerlei zaken die te maken hebben met Akwaak zwemschool Duiven. In deze nieuwsbrief staan allemaal nieuwtjes vermeld, maar ook onderwerpen die iets verder worden uitgelegd.

Het is de bedoeling dat de nieuwsbrief elke maand uit gaat komen. Mochten jullie input hebben voor de nieuwsbrief mag je dit aangeven.

Geraldine Beimers
Coördinator Akwaak zwemschool Duiven.

Nieuwe doelgroepen

Aquakids:

Plezier maken, wedstrijdje houden, sporten en spelen in het water, dát is Aquakids. Als je meedoet met Aqua kids heb je élké donderdag iets leuks te doen. Aqua kids is voor kinderen van 5 tot en met 13 jaar, die minimaal zwemdiploma A hebben.

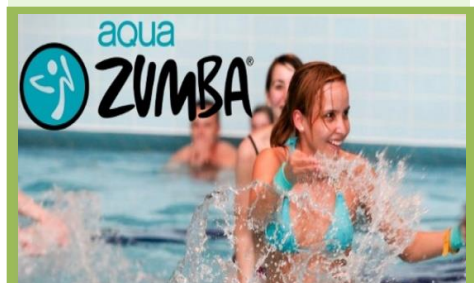
We doen bijvoorbeeld survivallessen, apenkooien, estafette, aquadansen en diverse balspellen. Als je zelf een leuk idee hebt, vertel het de instructeur en wie weet...!

Elke donderdag van 18.45 - 19.30 uur

Aquazumba

AquaZumba is dé nieuwste trend op gebied van bewegen in water. Deze lessen worden gegeven op Latijns-Amerikaanse muziek en zorgt voor een groot waterfeest!

Spring op dinsdag van 19.00 - 19.45 uur in het bad en ervaar het zelf: AquaZumba is één grote 'Pool party'!



Nieuw bij Akwaak zwemschool Duiven: Aquazumba.

Elke dinsdagavond van 19.00 - 19.45 uur. Wilt u een keer een proefles draaien? Bent u van harte uitgenodigd om een keer te komen kijken.



Nieuw is Aqua Varia bij Akwaak zwemschool Duiven.

Elke maandag van 13.15 tot 14.00 uur worden de lessen gegeven.

Wilt u een keer meedoen, bent u van harte uitgenodigd voor een proefles

AquaBootcamp

Wilt u een pittige les met verbetering in het uithoudingsvermogen? Dan is een les Aquabootcamp uitstekend geschikt voor u! Aquacardio is een les met vele weerstand-oefeningen.

Aquabootcamp is een must voor iedereen die in een korte tijd, op hoge intensiteit wil sporten, snel resultaat wil halen en houdt van pittige oefeningen op muziek.

Elke donderdag van 20.30 – 21.15 uur.

AquaVaria

Aquavaria is een combinatie van verschillende oefeningen gebaseerd op AquaFit Puls, AquaZumba, AquaBootcamp en daarnaast zwemoefeningen.

Inhoud van de lessen

De Aquavaria lessen zijn bewegingslessen op muziek in het ondiepe en diepe deel van het zwembad. De lessen bestaan uit allerlei oefeningen in het water, met en zonder materialen, die ervoor zorgen dat je een betere lichamelijke conditie krijgt, je spieren versterkt en door het bewegen ook lichaamsvet verbrand. Aquavaria laat je je conditie verbeteren in je eigen tempo: het water drukt net zo hard terug als jij drukt. Hiermee kun je het zo zwaar maken als je zelf wilt.

Inhaalmogelijkheden

Er zijn nog veel onduidelijkheden betreft het inhalen en afmelden bij de zwemschool.

Afmelden zwemles

Via de persoonlijke pagina kunt u uw kind afmelden voor zwemles indien hij of zij ziek of verhinderd is. Dit afmelden kan tot 4 uur voordat de les start. Het is mogelijk gemiste lessen op een later moment in te halen. U krijgt voor de gemiste les een inhaaltegoed. U kunt een les afmelden via de menu-knop 'Lessen – Afmelden les'. U kunt maximaal 5 inhaallessen 'opsparen', zorg er dus tijdig voor dat u de inhaallessen opneemt.

Inhaaltegoed

Het inhaaltegoed is onbeperkt geldig en vervalt na het behalen van het Zwem-ABC. Inhaaltegoeden wordt niet verrekend of teruggestort. Het inhaaltegoed heeft geen geldelijke waarde. U kunt een inhaalles reserveren via de persoonlijke pagina onder het kopje 'Lessen – Inhaalles reserveren'.

Reserveren inhaalles

Met het inhaaltegoed kunt u een inhaalles reserveren via de persoonlijke pagina via de menu-knop 'Lessen – Inhaalles reserveren'. Ziet u geen inhaalmogelijkheid, dan is er op dat moment geen plaats. Als iemand zich afmeldt, dan komt er een plaatsje vrij. Kijk dus regelmatig op de site! U kunt tot 5 uur van tevoren een zwemles reserveren.



Natuurlijk zijn er ook inhaalmogelijkheden bij de aquadoelgroepen. Mocht u een keer niet kunnen bij uw eigen groep? Kunt u zich ook via de persoonlijke pagina afmelden en bij een andere aquadoelgroep aanmelden. Deze procedure gaat precies hetzelfde als de zwemlessen

Facebook

Facebook is niet meer weg te denken uit de huidige maatschappij. Natuurlijk heeft Akwaak Zwemschool Duiven ook een Facebook pagina. Like onze pagina je krijgt daar leuke weetjes te lezen. Daarnaast staan er vaak leuke acties die Akwaak zwemschool Duiven aanbiedt. En natuurlijk kom je via Facebook als eerst erachter welke nieuwe activiteiten in het zwembad plaatsvinden.

Blauwe schoentjes

Momenteel kun je de blauwe overschoentjes nog pakken in de mand die bij de deur staat. Over een tijdje hebben wij daar een schoentjesautomaat voor. Daar vragen wij een kleine vergoeding voor. Als u daar niet voor kiest dan zou u de schoenen uit moeten gaan doen en de schoenen in deschoenenrek te zetten. Bij ons geldt namelijk een blootte voeten zone.

Kinderfeestjes

Je kinderfeestje is leuk bij Akwaak zwemschool Duiven! Tijdens het kinderfeestje mogen de kinderen een uur lang onder toezicht spelen van een instructeur. Daarnaast mogen alle kinderen in de aquabubbel, zodat ze over het water kunnen lopen. Na het zwemmen gaat je kinderfeestje door bij Café de Buren (1 uur), waar een box met o.a. frietjes, snacks en drankjes klaar staan. Reserveren is verplicht via info@akwaakduiven.nl



Akwaak Zwemschool Duiven

Vitaal Centrum Duiven DE OGTENT
Remigiusplein 15
6921 BL Duiven (Gld.)

Email: Info@akwaakduiven.nl

tel: 06 - 20 36 14 89

Website: www.akwaakduiven.nl

Wist je datjes.....

- Er meer dan 100 zwemmers lid zijn bij Akwaak zwemschool Duiven
- De eerste aquasport les een proefles is en dus gratis is?
- Als je een keer niet kunt zwemmen (bij zwemles of een doelgroep) je de les kunt afmelden en op een later tijdstip de les kunt inhalen?
- De nieuwsbrief maandelijks wordt opgemaakt / uitkomt?
- Je voor de volgende nieuwsbrief bij ons leuke 'wist je datjes..' kunt aanmelden
- Input welkom is...