

NIEUWSBRIEF DECEMBER 2010



Beste members,

Het jaar 2010 is al bijna ten einde, voor ons een reden om jullie als members van The Wave op de hoogte te brengen van de laatste ontwikkelingen en vooral van wat wij in 2011 gaan doen.

Party time: In het weekend van 22 en 23 januari zullen we een release party / open weekend organiseren.

Tijdens dit weekend gaat de nieuwe release van de LesMills groepslessen van start, ook zullen we de nieuwste groepslessen SH'BAM introduceren. Naast de release zullen ook alle freestyle lessen gegeven worden en is er de mogelijkheid om een les video- en of DJ spinning (spinning met een live DJ) te volgen.

De zaterdagavond wordt afgesloten in feeststemming met een live DJ.

Onze leden willen wij tijdens dit weekend extra stimuleren om samen te gaan sporten:
“samen sporten is gezelliger”

Iedereen die tijdens dit weekend een introducé meeneemt, wordt beloond met een **gratis hartslagmeter van Polar.***

*Bij inschrijving van een 12 maanden membership

*Bij meerdere introducés kan er gekozen worden uit een 5-rittenkaart voor de zonnebank of 4 weken Better Belly training extra.

SH'BAM in januari bij The Wave:

Na de release party zullen wij gaan starten met SH'BAM, een eenvoudige maar geweldige dans workout. SH'BAM is de perfecte manier om in vorm te komen en je 'inner star' te laten stralen, zelfs als je al wat danservaring hebt. Je danst op populaire hits die hoog in de hitlijsten staan, klanken die te horen zijn in de meest trendy discotheken over de hele wereld, de beste classics die door remix in een nieuw jasje zijn gestoken en natuurlijk de meest swingende Latin beats. Dit maakt SH'BAM tot een workout die ultrafun en gezellig is. Elke 45-minuten durende SH'BAM les is levendig, uniek en afwisselend - en, zoals bij alle andere Les Mills programma's, wisselt de choreografie en de muziek elke drie maanden.

Collega's:

In januari nemen wij afscheid van onze judo instructeurs meester Ben en Danny maar ook Zumba instructrice Virginia. Wij wensen alle drie heel veel succes in de toekomst en hopen ze nog regelmatig te zien bij The Wave.

Better Belly:

Enkele weken geleden zijn we gestart met de Better Belly. Met de Better Belly wordt er gedurende 4 weken 3x per week getraind op de crosstrainer of op de fiets. Tijdens de workout wordt de Better Belly band gedragen en zorgt deze voor een infrarood warmte van ca. 55 graden Celsius. Inmiddels zijn de eerste resultaten binnen en kunnen we met trots zeggen dat mensen tussen de 4 en 12 cm in de taille zijn afgevallen.

Judo:

Met het vertrek van onze twee judo instructeurs hebben we gekeken naar nieuwe mogelijkheden. Het vinden van judo instructeurs bleek erg lastig, het zoeken naar een alternatief voor judo leek meer voor de hand te liggen. Met trots kunnen wij jullie dan ook vertellen dat we medio januari gaan starten met karate. De ouders en/of verzorgers van de kinderen die nu bij ons judoën, krijgen hierover nog een schrijven.

Wetgeving:

Vanaf 1 januari 2011 zal de wetgeving betreffende het automatisch verlengen van abonnementen waarschijnlijk worden aangepast (nog niet definitief op dit moment). Het is vanaf die datum niet langer toegestaan om abonnementen met een zelfde periode te verlengen. In onze branche is het ook niet langer toegestaan om abonnementen af te sluiten voor een periode langer dan 12 maanden. Voor u als member van The Wave betekent dit dat wij contact zullen opnemen wanneer het abonnement ten einde loopt.

Wist u dat:

- 👉 **Iedere tweede zondag van de maand er video spinning wordt gegeven?**
- 👉 **The Wave sinds september 2010 een nieuwe website heeft?**
- 👉 **We in september de fiets hebben verloot onder de members welke de stempelkaart hebben ingevuld?**
- 👉 **Er in januari een nieuw programma op RTL 4 te zien zal zijn wat gericht is op een gezonder leven?**
- 👉 **The Wave onderdeel uitmaakt van dit televisie programma?**
- 👉 **Openingstijden tijdens de feestdagen zijn de vinden op:**
- 👉 http://www.thewavemere.eu/about_us/openingstijden/

Crew The Wave wenst u hele fijne feestdagen en een sportief, gezond en gelukkig 2011.



Mike Theewis