



Oktober 2020

NIEUWSBRIEF

Vanaf maart staat de hele wereld op z'n kop. Iedereen heeft te lijden onder de Corona crisis. Al eerder hebben wij aangegeven dat wij het enorm hebben getroffen met de steun die wij van jullie hebben mogen ontvangen. EN NU door..... ook wij hebben leden nodig om het gat van deze lockdown op te vangen. Onze enthousiaste sporters zijn de beste ambassadeurs. Jij als geen ander kan uitleggen, waarom je hebt gekozen voor onze sportclub. Vertel je collega's, vrienden, familie enz.. over onze lessen, de sfeer en alles wat jij zo aantrekkelijk vindt aan onze sportclub

Vergeet niet als dank je HITGYM ambassadeurs bandje op te pikken aan de balie. Laten we 2020 zo snel mogelijk gezond en fit afronden 😊

Ambassadeur

LIKE onze
facebookpagina
hitgym0172

Reserveren via de
app

Nieuw lesrooster

**Houd je aan de
richtlijnen**

Hitgym0172

Concertweg 1a
alphen ad rijm
0172 – 44 19 48

www.hitgym0172.nl

SOCIAL MEDIA

Nog niet onze facebookpagina geliked? Handig om dit wel te doen omdat we veel nieuwsfeitjes delen op onze HITGYM0172 facebookpagina. Ook sturen we mailingen uit, maar ons social media kanaal is stukken sneller en flexibeler. Natuurlijk kan je ook voor meer informatie en acties onze website bezoeken www.hitgym0172.nl

RESERVEREN VIA SPORTIVITY APP

Een aantal belangrijke APP weetjes over het reserveren via de SPORTIVITY app

- Reserveren is pas mogelijk 36 uur van tevoren. Zijn er al plekken gereserveerd, dan is dit door de balie gedaan voor proeflessers en personal trainingen.
- Reserveer een les alleen wanneer je zeker weet dat je kan. Natuurlijk kan er altijd iets tussen komen, maar wanneer een les vlak voor het begin wordt geannuleerd, kunnen mensen op de wachtlijst hier niet meer op reageren
- Is een les vol, zet jezelf altijd op de wachtlijst. LET OP!!! zodra een plek vrijkomt krijgt iedereen op de wachtlijst een berichtje. Reageer je te laat, zet jezelf opnieuw op de wachtlijst.
- Wanneer je sportivity app installeert onthoud je wachtwoord
- Vraagt sportivity om je gebruikersnaam dan is dit je emailadres
- Je kan lessen reserveren via de app zolang je een lopend lidmaatschap hebt of een geldig rittenkaart

HITGYM@HOME

Op onze besloten facebook groep HITGYM@home streamen wij online verschillende workouts. Dit zullen wij als extra service naar onze leden met een lopend abonnement blijven aanbieden, uitgezonderd actiekaarten en rittenkaarten. Regelmatig werken wij de besloten facebookgroep bij.

PINKBOXING

Vanaf 1 november kunnen alle vrouwelijke sporters van HITGYM/CROSSBOX meedoen met de PINKBOXING workouts, Je hebt hiervoor geen aparte lidmaatschap nodig, het zal binnen je huidige abonnement vallen.

Pink Boxing is exclusief voor vrouwen en is dé perfecte workout om in vorm te blijven, af te vallen en/of om conditie te verbeteren. Pink Boxing biedt het beste uit twee disciplines: Geavanceerde technieken uit de bokssport, zonder dat hierbij sprake is van fysiek contact, gecombineerd met een functionele circuittraining. Je werkt met een sparring partner en niet op een stootkussen. Pink Boxing biedt de perfecte balans tussen keihard trainen en heel veel plezier maken. Het is uitdagend, stoer, hip maar bovenal toegankelijk voor een breed publiek.

LET OP: heb je een PINKBOXING abonnement/rittenkaart, meld je even aan de balie.

VEILIG SPORTEN BIJ HITGYM/CROSSBOX

- Bij verkoudheidsverschijnselen of ziek zijn, blijf thuis.
- Handen desinfecteren bij binnenkomst
- Kom max. 10 min. voordat je les of workout begint
- Na de les verlaat het pand, niet samenscholen in de CROSSBOX ruimte
- Kleedruimte is gesloten, kleeft je thuis om. Je kan wel gebruik maken van de toiletten
- Houd 1,5 meter afstand
- Volg de richtlijnen op van HITGYM/CROSSBOX coaches en medewerkers
- WEES LIEF VOOR ELKAAR en houd rekening met elkaar

VERANDERING LESROOSTER

Goed om te zien dat onze lessen met veel enthousiasme worden ontvangen. Dit betekent dat een aantal lessen op het rooster snel vollopen. Helaas zijn wij gebonden aan een max. aantal deelnemers in verband met de CORONA richtlijnen. Hoe graag wij het ook willen, wij mogen niet meer deelnemers in de zaal plaatsen. Dit vanwege de 1,5 meter grens. Wij doen ons uiterste best om te kijken of we het rooster kunnen aanpassen en meer ruimte kunnen creëren, door verschuivingen, extra lessen, vroeger beginnen, later eindigen enz..... Check je app voor extra lessen.

- Vanaf donderdag 15 oktober extra BODYATTACK 20:20 – 20:50 uur
- Vanaf vrijdag 23 oktober extra BODYCOMBAT 17:30 – 18:00, hierdoor verschuift GRIT en BODYPUMP naar 5 min. later.
- Vanaf 19 oktober Alle PINKBOXING workouts toegankelijk voor de HITGYM/CROSSBOX dames op dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag
- WOD op woensdag verschuift naar een later tijdstip 19:45 – 20:45 uur
- Vanaf 19 oktober, BBB0172 en BODYCOMBAT worden van dag omgewisseld
- Houd facebook/app in de gaten voor de nieuwe KETTLEBELL FLOW les in de CROSSBOX

Wij zullen het lesrooster regelmatig evalueren en updaten indien nodig.

AGENDA

- | | | |
|------------------------------|----------|---------------------|
| - 24 december en 25 december | gesloten | wegens kerst |
| - 26 december | open | kerstworkouts |
| - 31 december en 1 januari | gesloten | oud/nieuwjaar |
| - 2 januari | open | nieuwjaars workouts |