

ISOKIN VITAAL

Juli 2011

Rooster!

Wegens vakantie is er in de maand juli op dewoensdag-avond geen fitness. ISOKIN is voor de fitness gesloten vanaf 17.00 uur.



Vanaf 1 juli t/m 21 juli is er geen Zumba. Deze lessen worden vervangen door Total work-out van 20.00-20.30 uur. Ook de groepsles van donderdag 9.00 vervalt in deze periode. De groepsles van 10.00 uur gaat gewoon door.

Zomer abonnement

Ook tijdens de zomer kunt u trainen bij ISOKIN.



- 3 maanden
- € 99.-
- Stopt automatisch

Het trainingsprogramma wordt aangepast aan uw wensen en trainingsdoelen.



ISOKIN Training en Therapie
Jean Monnetpark 19
7336 BA Apeldoorn
055-5341082
www.isokin.nl
isokin@isokin.nl

Sporten vanuit je luie Strandstoel

- ook tijdens het sporten op het strand is het belangrijk om je goed in te smeren. Doe dit met een water- en sweatproof zonnebrandproduct omdat deze bestand is tegen zowel water als transpiratievocht.
- beweging geeft je niet alleen een fijne beachbody, maar het zorgt er ook voor dat je mooier en egalier bruin wordt.



[Meer details](#)

Team uitje ISOKIN

Het was dit jaar weer tijd voor een echt team uitje. Geen overleggen of brainstormen, maar gewoon gezellig met het hele team onder elkaar.

We zijn de dag rond 9.00 uur begonnen in Steenwijk, waar we naar Giethoorn zijn gevaren. Aangezien er slecht weer werd voorspeld, zijn we na een korte wandeling teruggedaan naar Steenwijk en zijn daarna gaan Karten. Dit was voor velen een hele ervaring! Mooi ook om te zien hoe fanatiek iedereen is. Onze beste coureur bleek zonder enige twijfel Esmay Vos.

Een heerlijk Grieks Buffet was de perfecte afsluiting van een erg gezellige dag.

Zomer spaaractie

Voor vaste leden is er ook deze zomer weer een spaaractie.

Vanaf 21 juni t/m 21 september kunt u stempels sparen. Hoe vaker u komt trainen, hoe meer voordeel.

- 10 stempels = 1/2 week gratis trainen.
- 20 stempels + 1 les = 1 maand gratis trainen
- 25 stempels + 1 les = 1 maand gratis trainen en kans op een dinerbon!

Dus spaar mee! Voor meer informatie kunt u terecht bij de balie of uw fitnessinstructeur.

Deze actie geldt alleen voor mensen met een jaarabonnement

Als u wilt dat we uw naam van onze verzendlijst verwijderen, [klikt u hier](#).

Vragen of opmerkingen? Stuur een e-mail naar isokin@isokin.nl of bel (055)5341082