



## Aanmeldformulier Fit & Fun

Laagdrempelig bewegen en plezier hebben. Speciaal voor mensen die een sportschool of sportvereniging een te grote stap vinden maar wel op een leuke manier sportief bezig willen zijn biedt CKV Valto (met ondersteuning van 'Van Veldhooven Sport Consultancy') wekelijks een sportief uur waarin Fit en Fun hand in hand gaan. Een half uur bewegingsinstructie voor stabiliteit, conditie, spierkracht en versterken van de spieren rondom de wervelkolom wordt op een leuke, aansprekende manier gegeven door ervaren trainers en fysiotherapeuten. Een half uur spel maakt het uur op een vrolijke en gezellig manier vol. Prima voor beginners, leuk om te doen voor meer ervaren sporters. Uitstekend voor mensen die na herstel van een blessure vaker willen bewegen.

Vind jij dat je eigenlijk af en toe zou moeten sporten maar is de stap naar vereniging of sportschool te lastig? Kom dan eens kijken bij Fit&Fun! Zie ook [www.ckv-valto.nl/fitfun](http://www.ckv-valto.nl/fitfun). Je mag altijd een paar keer mee doen voordat je je definitief aanmeldt!

Achternaam/-namen: ..... M / V

Voorletters: .....

Roepnaam: .....

Geboortedatum: .....

Adres: .....

Postcode: ..... Woonplaats: .....

Telefoon vast: ..... Mobiel: .....

E-mailadres: .....

Inschrijving is tot wederopzegging. De kosten voor Fit & Fun bedragen € 9,- per maand.

Dit inschrijfformulier inleveren bij de ledenadministratie:

Joke van Oudheusden

Muskaat 29, De Lier

[leden@ckv-valto.nl](mailto:leden@ckv-valto.nl)

Na inschrijving ontvangt u een bevestiging en verenigingsinformatie per mail



**Van Veldhooven**  
SPORT CONSULTANCY