



SCABAZOE v.z.w.

Sportclub Aangepaste Bewegingsactiviteiten Zoersel v.z.w.
 Zoerselhoek 31, 2980 Zoersel Tel/fax 03-385 36 62 – Fortis 001-3820509-46
 e-mail scabazoe@scabazoe.be website www.scabazoe.be -
 Lid van de Gezinsportfederatie B.G.J.G. vzw



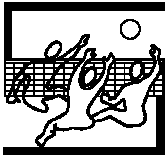
Zoersel, juni 2008

Beste leden en sympathisanten,



Het seizoen 2007-2008 loopt al weer ten einde.
 Als afsluiter van het sportsprinkelseizoen hadden we op zondag 18 mei nog een leuke minigolf-activiteit voor alle leden in het Kokoentje. Ga zeker eens kijken naar de foto's op de website!

Verder vertoonden we op donderdagavond 29 mei de toch wel aangrijpende film 'Ben X' in het Zonneputteke en waarbij we mochten rekenen op een 40-tal aanwezigen.



Vorige zaterdag 14 juni hebben we onze titel als tofste en leukste zitvolleybalploeg in Nijmegen nog eens verdedigd, ... en ja zelfs één set kunnen winnen. Proficiat aan alle deelnemers en supporters.

Als laatste activiteit van het seizoen staat het **Amigos Massavolleybaltornooi** op het programma. Dit op zaterdag **28 juni** van 10u tot 17u in de GSA. Net als de vorige jaren, doen we mee met 2 zitvolleybalploegen en mogen de teams van de amigo's het zittend tegen ons opnemen. Occasionele medespelers en supporters zijn van harte welkom! Spelers om 9u15 aanwezig



OPGELET!!!




Het **zwembad** van Pulderbos zal uitzonderlijk heel juli en augustus **gesloten** zijn vanwege onderhoudswerkzaamheden!

Noteer alvast in jullie agenda :

Onze spetterende **startbarbecue** op zaterdag **6 september!!**

Begin zitvolleybal: maandag 8 september 2008.
Begin sportsprinkels: zondag 14 september 2008.



 <p>sportsprinkels zo 10.30-12.00u Turnzaal Zoersel</p> <p>omnisport aangepaste sporten voor kinderen met een handicap vanaf 6 jaar samen met brussen</p>	 <p>zwemmen do 19.30-20.30u Pulderbos</p> <p>vrij zwemmen, voor alle leden met en zonder handicap</p>	 <p>zitvolleybal ma 20.00-22.00u sporthal GSA</p> <p>personen vanaf 15 jaar met een handicap, samen met brussen, familie, vrienden</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Lidgelden seizoen 2008-2009



mogen we jullie vragen om de lidgelden voor het seizoen 2008-2009 tijdig te betalen, ten laatste vóór de startbarbecue op 6 september 2008.
De tarieven blijven ongewijzigd ten opzichte van vorig seizoen :

Actieve leden:

1^e lid van het gezin: 30 EUR

2^e lid van het gezin: 25 EUR

3^e en volgende: 20 EUR

Inbegrepen: lidgeld Scabazoe, lidgeld en verzekering via gezinssportfederatie GSF.

Steunende leden:

1^e lid van het gezin: 25 EUR

2^e lid van het gezin: 20 EUR

3^e en volgende: 15 EUR

Opgelet : heel wat ziekenfondsen betalen een deel van het lidgeld van een sportvereniging terug. Ook het lidgeld van Scabazoe komt hiervoor in aanmerking. Bezorg ons het formulier van uw ziekenfonds en wij bezorgen het u ingevuld terug.

Lidgeld storten op rekening 001-3820509-46 met vermelding van 'Lidgeld 2008-2009', naam voornaam

Nieuw voor seizoen 2008-2009:

NORDIC-WALKING

Nordic Walking is ontstaan in Finland als een methode voor langlaufers om ook in de zomer hun conditie op peil te houden. Het is niet zomaar 'wandelen met stokken' maar geeft wel degelijk een extra dimensie aan wandelen. Nordic Walking biedt tal van gezondheidsvoordelen:

- maar liefst 90% van de spieren worden gebruikt
- voor sporters van alle leeftijden en ook voor niet-sporters die met bewegen willen starten
- ook mogelijk voor mensen met een chronische aandoening
- goede conditietraining en verbetering uithouding, bloeddorstrooming, lichaamshouding
- tot 30% minder belasting van de enkels, knieën, heupen, het bekken en de rug in vergelijking met wandelen
- geeft ontspanning bij rug- en nekklachten, helpt bij de beheersing van stress
- kan overal beoefend worden



Scabazoe richt in september twee initiatiereeksen Nordic Walking in:

1. Vanaf 9 september tot 7 oktober elke dinsdagavond gedurende 5 weken aan het omnisportveld Bethaniënlei (Antonia), telkens van 19.30u tot 21.00u.
Doelgroep: iedereen die wil proeven van nordic walking. Voor personen met een bewegingsbeperking voorziet scabazoe extra begeleiding
Kostprijs: 25 EUR met inbegrip van materiaal en verzekering. Leden van scabazoe nemen gratis deel. (lidgeld scabazoe = 30 EUR)
2. Speciaal voor de ouders van onze sportsprinkels, maar natuurlijk zijn alle belangstellenden welkom: drie zondagen, 14 september, 21 september en 5 oktober van 10.30u tot 12.00u. Kostprijs: 15 EUR, materiaal en verzekering inbegrepen. Leden van scabazoe nemen gratis deel.

Als er voldoende belangstelling is organiseren we na deze initiatiereeksen regelmatig een nordic-walking tocht of nemen we deel aan de bestaande tochten in de gemeente.

Meer info bij Marc Somers, 0474 97 16 45