



Christelijke gymnastiek- en sportvereniging Kracht & Vlugheid Zaandam

Opgericht 1917

Beste leden,

juni 2021.

Wegens de corona hebben we in de afgelopen periode afwisselend geen lessen kunnen geven of hebben deze buiten gegeven.

Nu willen wij als compensatie voor deze coronaperiode in de zomervakantie op een aangepaste wijze de lessen door laten gaan en wel op de volgende manier:

Voor de Jeugd:

Elke **woensdagmiddag van 16.00 – 18.00 uur** wordt er les gegeven in **gymzaal De Greep, Perzikkruidweg 2 B te Zaandam**. En wel 14, 21, 28 juli en 4, 11 en 18 augustus 2021.

Misschien kan je na de vakantie wel door naar de selectie !! Wie weet ben jij een talent !!

Dit is voor alle jeugdleden van 5 jaar tot 15 jaar.

De leiding zal wegens vakantie niet altijd dezelfde zijn.

Voor de oudere leden :

Alle dames senioren van alle lesuren kunnen elke **donderdag van 9.30 – 10.30 uur of van 11.00 – 12.00 uur** aan hun conditie werken in **gymzaal De Greep** onder leiding van Mevr. Hennie Bakker

Het gaat dus om 15, 22, 29 juli en 5, 12, en 19 augustus 2021.

Of

Maandag van 12.00 – 13.00 uur in **De Greep** onder leiding van Henny Lust

Het gaat dus om 12, 19, 26 juli en 2, 9, en 16 augustus 2021

De Leiding van de groepen Work-out zal de mogelijkheden met de dames op de lessen afstemmen.

De **Ouder en kind** lessen zullen, na overleg, gewoon op **vrijdagochtend** worden gegeven door Gonda Kaai.

Wij hopen met deze extra training mogelijkheid in de zomervakantie dat alle leden zoveel mogelijk gebruik maken van dit aanbod. Het is voor zowel de leiding als de leden fijn als het uur goed bezet is.

Wij wensen een ieder heel veel plezier en hopen vanaf 23 augustus 2021 weer verder te gaan in alle gymzalen. En uiteraard een mooie en zonnige vakantie gewenst.

Namens het bestuur,

Albert Oosterbroek