



INFORMATIEBRIEF

Bewegen In Water 2024 Seizoen 2

Instructrice

De lessen worden gegeven door de gecertificeerde aqua fitness instructrice Mirjam Aghbal.

Locatie

Sportfondsenbad Amsterdam Oost
Land van Cocagneplein 44
1093 NB Amsterdam

Start van de cursus

maandag 2 september 2024

Lestijden

groep 1 van 08.30 - 09.30 uur (max. 16 deelnemers)
groep 2 van 09.30 - 10.30 uur (max. 16 deelnemers)
groep 3 van 10.30 - 11.30 uur (max. 16 deelnemers)

Lesdata 2024 - Seizoen 1

Les	Datum	Groep 1	Groep 2	Groep 3
1	Ma 2 september	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
2	Ma 9 september	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
3	Ma 16 september	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
4	Ma 23 september	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
5	Ma 30 september	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
6	Ma 7 oktober	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
7	Ma 14 oktober	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
8	Ma 21 oktober	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
9	Ma 4 november	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
10	Ma 11 november	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
11	Ma 18 november	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
12	Ma 25 november	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
13	Ma 2 december	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
14	Ma 9 december	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30
15	Ma 16 december	08:30 – 09:30	09:30 – 10:30	10:30 – 11:30

Inschrijfdata

U kunt zich aanmelden voor een abonnement op de cursus Bewegen in Water 2024 – Seizoen 2 op de volgende twee dagen:

- op **vrijdag 5 juli 2024** van 11:00 tot 13:00 uur
- op **vrijdag 12 juli 2024** van 11:00 tot 13:00 uur

Beide inschrijfdagen zijn in het **Oosterparkhuis**, 3^e Oosterparkstraat 159 in Amsterdam.
Schrijf je op tijd in: **vol is vol!**

Abonnement

De abonnementskosten voor de volledige cursus Bewegen in Water 2024 - Seizoen 2 van **15 lessen** bedraagt dit seizoen **€ 45,00**.

De abonnementskosten dienen voorafgaand aan de eerste les betaald te worden. Voor het betaalde bedrag schrijven we een kwitantie uit die tevens dient als toegangsbewijs. Deze kwitantie dient u dus naar elke les mee te nemen. Zonder kwitantie is er geen toegang tot de les.

Losse lessen

Het volgen van losse lessen zonder abonnement kost **€ 3,50** per les en is alleen mogelijk indien de les nog niet is volgeboekt (maximaal 16 deelnemers per les) en de leskosten ter plaatse worden voldaan.

Restitutie

Als u als abonneementhouder een les mist kan deze niet worden terugbetaald of ingehaald.

Het abonnement op de cursus "Bewegen in water" kan niet tussentijds worden stopgezet: Bij het eerder stoppen met deelname aan de cursus wordt er geen abonnementsgeld teruggegeven.

Aanvangstijden

U dient een kwartier voor het begin van het lesuur aanwezig zijn om u te verkleden. Na afloop van de les heeft u ook weer een kwartier de tijd om u om te kleden.

- Komt u iets later, laat het ons dan tijdig voor het begin van de les via de WhatsApp Groep weten, dan houden wij uw plaats in de les vrij.
- Komt u pas na aanvangstijd van de les zonder het ons te laten weten, dan vervalt uw recht op deelname aan de les en wordt uw plaats vrijgegeven voor een deelnemer zonder abonnement.
- Kunt u wegens omstandigheden helemaal niet aan een of meerdere lessen deelnemen, laat het ons dan ook tijdig via de WhatsApp Groep weten.

Zwemkleding

Er is alleen badkleding toegestaan in het zwembad. T-shirts, leggings en andere kledingstukken zijn dus niet toegestaan in het water. U kunt gebruik maken van de kluisjes (€ 0,50) om uw kleding of waardevolle eigendommen veilig te bewaren tijdens de lessen. Stichting de Bloem stelt zich niet aansprakelijk voor eventueel gestolen of kwijtgeraakte kledingstukken en/of andere eigendommen.

Huisregels

Sportfondsenbad Amsterdam Oost kent voor alle bezoekers huisregels, die de veiligheid en hygiëne van alle gebruikers en het zwembadpersoneel waarborgen. Deze toegangsregels zijn zichtbaar opgehangen in de toegangshal van de locatie. Volg bovendien altijd direct de aanwijzingen van het zwembadpersoneel op!

Meer informatie

Voor vragen en/of informatie over de cursus Bewegen in water kunt u altijd terecht bij Afifa Tadmene (06 265 767 38).