



ZAANGOLF



DE SLAG



DE WATERING



ZAANGOLF



DE SLAG



DE WATERING

Tijden De Slag

Recreatief		
zondag	10.30 - 12.30 uur	voor het gehele gezin
Banenzwemmen		
maandag	09.00 - 13.00 uur	de Slag I
	12.00 - 13.00 uur	de Slag I
	20.00 - 21.00 uur	de Slag I
dinsdag	12.00 - 13.00 uur	de Slag I + II
	12.00 - 13.00 uur	de Slag I
	20.00 - 21.00 uur	de Slag I
woensdag	12.00 - 13.00 uur	de Slag I
	20.00 - 21.00 uur	de Slag I
donderdag	10.00 - 11.00 uur	de Slag II
	12.00 - 13.00 uur	de Slag I
	12.00 - 13.00 uur	de Slag I
vrijdag	07.00 - 08.00 uur*	de Slag II
	09.00 - 12.00 uur	de Slag I
	12.00 - 13.00 uur	de Slag I + II
	12.00 - 13.00 uur	de Slag I
	20.00 - 21.00 uur	de Slag I

* (gereduceerd tarief)

Tijden De Watering

Recreatief		
zondag	10.00 - 13.00 uur	voor het gehele gezin
Banenzwemmen		
maandag	12.30 - 13.00 uur*	
dinsdag	07.30 - 08.30 uur*	
	10.30 - 12.00 uur	
	12.30 - 13.00 uur*	
woensdag	12.30 - 13.00 uur*	
	20.00 - 21.00 uur	Dames
donderdag	07.30 - 08.30 uur*	
	10.30 - 12.00 uur	
	12.30 - 13.00 uur*	
vrijdag	20.00 - 21.00 uur	
	10.30 - 12.00 uur	
	12.30 - 13.00 uur*	

* (gereduceerd tarief)

Tarieven

	De Slag	De Watering	Zaangolf
Gereduceerd tarief kaartje	€ 3,80	€ 3,80	€ 4,00
12 badenkaart *	€ 39,00	€ 39,00	€ 41,00
Normaal tarief kaartje	€ 4,20	€ 4,20	€ 4,60
12 badenkaart *	€ 43,50	€ 43,50	€ 47,50
Weekend tarief kaartje	€ 4,20	€ 4,20	€ 5,00
12 badenkaart *	€ 43,50	€ 43,50	€ 52,00
Kindertarief (0 - 3 jaar) kaartje	€ 3,00	€ 3,00	€ 3,40
12 badenkaart *	€ 31,00	€ 31,00	€ 35,00

* = magneetkaart
Borg magneetkaart € 5,00

Tijden Zaangolf

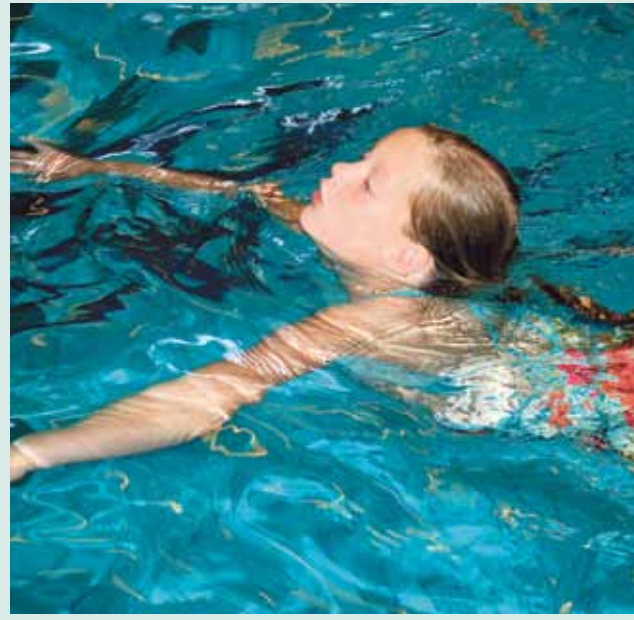
Recreatief		
maandag	12.00 - 15.00 uur	recreatiebad
	20.00 - 22.00 uur*	recreatiebad
dinsdag	12.00 - 15.00 uur	recreatiebad
	20.00 - 22.00 uur	wedstrijd- en recreatiebad
woensdag	09.00 - 15.30 uur	recreatiebad
	13.00 - 15.30 uur	wedstrijd- en recreatiebad
	20.00 - 22.00 uur	wedstrijd- en recreatiebad
donderdag	12.00 - 15.00 uur	recreatiebad
	19.00 - 22.00 uur	wedstrijd- en recreatiebad
vrijdag	12.00 - 15.00 uur	recreatiebad
	19.00 - 22.00 uur	wedstrijd- en recreatiebad
zaterdag	11.00 - 17.00 uur	wedstrijd- en recreatiebad
zondag	10.00 - 17.00 uur	wedstrijd- en recreatiebad
Banenzwemmen		
maandag	07.00 - 08.30 uur	
	12.00 - 13.00 uur	
dinsdag	07.00 - 08.30 uur	
	12.00 - 13.00 uur	
woensdag	07.00 - 08.30 uur	
	12.00 - 13.00 uur	
	20.00 - 22.00 uur	
donderdag	12.00 - 13.00 uur	
	20.00 - 22.00 uur	
vrijdag	07.00 - 08.30 uur	
	12.00 - 13.00 uur	



"Een heel leven zwemmen"



Verfrissend zwemonderwijs



De maatschappij en de kinderen veranderen en ontwikkelen zich voortdurend. Het is van vitaal belang dat ook het zwemonderwijs daarin meegaat. Als organisatie zijn wij continu actief op zoek naar dé manier van lesgeven. Wij streven naar de hoogst mogelijke kwaliteit. Om dit te kunnen bewerkstelligen onderhouden we een proces van permanente interne en externe scholing en volgen we nieuwe inzichten, ontwikkelingen en trends. We zijn steeds op zoek naar 'het aanbieden van leuke en uitdagende zwemlessen met een optimaal rendement die aansluiten bij de manier waarop jonge kinderen leren'.

Onderzoek en ervaring hebben uitgewezen dat jonge kinderen zich in hun eigen tempo moeten kunnen ontwikkelen, dat ze van uitdagingen houden, dat ze een grote bewegingsdrang hebben en

van nature onbevangen en leergierig zijn. Dit betekent dat we binnen de zwemles altijd moeten differentiëren, zodat ieder kind zijn individuele leerlijn kan volgen. Hierbij zorgen we er tevens voor dat er een hoge bewegingsintensiteit is en dat er ruimte is voor beleving. Dit heeft een bewezen positieve invloed op het rendement van de zwemles.

In het kader van bovenstaande heeft bij de Stichting Zwembaden Zaanstad (SZZ) het afgelopen jaar specifiek in het teken gestaan van de verdere verbetering van de kwaliteit van het zwemonderwijs. Alle zweminstructeurs zijn actief betrokken geweest bij dit proces. Er zijn workshops en bijscholingen gevolgd, ervaringen uitgewisseld en werkbezoeken afgelegd wat uiteindelijk heeft geresulteerd in een vernieuwd zwemlesplan. Tijdens dit traject zijn de volgende uitgangspunten uitgewerkt en in het zwemlesplan geïntegreerd:

- Het kind iedere les succeservaringen laten opdoen
- Speels en doelgericht werken met materialen
- Verhogen van de arbeidsintensiteit

- Werken met zwemstuurkaarten
- Ervaringsgericht zwemonderwijs
- Plezier bij zwemmen

Deze verbetering in het leerproces gaat voor de kinderen gepaard met meer plezier en betrokkenheid. Er is meer aandacht voor het individuele kind en door succeservaringen wordt het leerrendement verhoogd. Kortom bij de SZZ staan de zwemlessen voor veel plezier met een hoog rendement waarbij het kind centraal staat.

Mocht u meer willen weten over onze zwemlessen neemt u dan gerust contact op met een van onze baden.



Vanessa Neijzing Zwemonderwijzer van het Jaar

Tijdens de Week van het Zwemonderwijs is Vanessa Neijzing gekozen tot 'Zwemonderwijzer van het Jaar 2011'. Voor het oog van een professionele jury moesten de 3 finalisten een zwemles verzorgen. Vanessa was de uiteindelijke winnares. Haar rustige uitstraling, waarmee ze de kinderen op hun gemak wist te stellen en hen tevens kon uitdagen om te leren, overtuigde de jury.

Tot voor de finale was Vanessa Neijzing nog een redelijk onbekende naam in de zwembadbranche. Na de finale is dat wel anders. Vanessa, die werkt in zwembad de Watering in Wormerveer, is nu geen onbekende meer. Zeker ook niet in de omgeving waar ze vandaan komt. Op straat wordt ze aangesproken op haar titel en gefeliciteerd. Ook de kinderen aan wie zij lesgeeft is het niet ontgaan. Met tekeningen en felicitaties wordt zij nog eens extra in het zonnetje gezet.

Vanessa is 7 jaar geleden na omscholing terecht gekomen in het zwemonderwijs. Als fanatiek wedstrijdzwemster en waterpoloster is dat niet zo verwonderlijk. De liefde voor het zwemmen is overduidelijk aanwezig en met name het werken met kinderen spreekt haar zeer aan. "Het kind gaat boven alles en het is belangrijk het kind op zijn/haar eigen niveau te bedienen" aldus Vanessa.

Wanneer Vanessa kijkt naar haar verdere loopbaan zou ze zich wel wat meer willen richten op het 'Ouder en Kind zwemmen'. Zij ziet dit als een mooie aanvulling op de totale keten van zwemvaardigheid. "Dan ben ik niet alleen betrokken bij het zwemonderwijs en het bijhouden van de zwemvaardigheid, maar ook nog eens bij het prille begin. Zo is de cirkel rond".



Zwemveiligheid neemt af

Het Nationaal Platform Zwembaden en Reddingsbrigade Nederland trekken aan de bel. Jaarlijks verdrinken gemiddeld veertien kinderen in de leeftijd tot en met 12 jaar. Het aantal verdrinkingen met dodelijke afloop daalde vanaf de jaren negentig, maar is nu stabiel. Volgens Reddingsbrigade Nederland zijn er door een combinatie van factoren meer ongelukken te verwachten. Ouders nemen vaker genoegen met alleen zwemdiploma A.

Ook lukt het ze niet altijd om tijd vrij te maken om hun kind naar zwemles te brengen en krijgen kinderen minder vaak zwemles via school. Zo kreeg in 1991 nog 90 procent van de basisschoolleerlingen zwemles via school, in 2005 was dat nog maar 57 procent en de laatste jaren is dit helaas verder afgenomen. Volgens de reddingsbrigade missen kinderen vaker zwemervaring. Zij registreert al enkele jaren een toename van het aantal (bijna)zwemongevallen met kinderen in open water (zee en recreatieplassen). Kinderen kunnen steeds minder goed zwemmen, weten weinig van de risico's en kunnen zichzelf niet tot nauwelijks redden als ze in de problemen komen.

Het is geen hogere wiskunde om te voorspellen dat het er nog meer zullen worden volgens directeur Raymond van Mourik van Reddingsbrigade Nederland. Stichting Consument en Veiligheid is onlangs een campagne gestart om ouders bewust te maken van het belang van toezicht als kinderen bij het water spelen. Volgens de stichting denken ouders vaak onterecht dat het niet meer nodig is om toezicht te houden als hun kroost een zwemdiploma heeft. Naast goed toezicht houden tijdens zwemactiviteiten kunt u als ouder natuurlijk ook een actieve bijdrage leveren aan de zwemveiligheid van uw kind(eren) door er voor te zorgen dat uw kind een gedegen zwemopleiding krijgt (minimaal ABC) en door regelmatig het zwemmen, dus niet het spelen in het water, te oefenen.



Spetterend lezen!

Vanaf 1 september kun je bij de Bieb sparen voor gratis zwemmen in zwembad Zaangolf, de Watering of de Slag. Daarnaast maak je ook gelijk kans op een 12 badenkaart t.w.v. € 52,-!

Wat moet je doen?

Duik in een boek, tijdschrift of strip van de Bieb. Vul een stempelkaart in en laat je uitleenbon zien bij de balie in de Bieb. Daar krijg je een stempel. Je kunt per week maximaal 2 stempels halen.

Heb je vier stempels? Ga dan op zaterdag of zondag met je volle stempelkaart naar het zwembad, lever deze in en je kunt gratis zwemmen. De stempelkaart kun je ophalen in de Bieb of in zwembad Zaangolf, de Watering of de Slag.

12 badenkaart

Je mag zoveel volle stempelkaarten inleveren als je wilt. Lever jij de meeste stempelkaarten in? Dan win je een 12 badenkaart t.w.v. € 52,-. Als er meer kinderen zijn met het hoogste aantal spaarkaarten verloten we de 12 badenkaart.

Kijk voor de openingstijden van onze zwembaden op onze site www.szz.nl

Voorwaarden

- De actie loopt van 1 september t/m 31 december 2011.
- Volle stempelkaarten kunnen worden ingeleverd t/m 29 januari 2012

DE BIEB

- Voor de stempelkaarten geldt: Op = Op
- Aantal artikelen per bon heeft geen invloed op aantal stempels. Minimaal 1 artikel is nodig voor een stempel.
- Deelname voor kinderen t/m 12 jaar.
- Maximaal 2 stempels per week.
- Gratis zwemmen alleen op zaterdag en zondag.
- Kinderen t/m 8 jaar of zonder zwemdiploma A alleen toegang in zwembaden onder begeleiding van een volwassene.



Ga voor meer informatie naar www.szz.nl

Ga voor meer informatie naar www.szz.nl

Schaatsen en zwemmen

St. Zwembaden Zaanstad organiseert op 18 oktober in de Slag en 20 oktober in de Watering 's Morgens op het water, 's middags in het water

Dit is een evenement waarbij uw kind onder begeleiding de hele dag kan genieten van het water door er 's ochtends op te schaatsen en er 's middags in te zwemmen.

Om ± 09.00 uur vertrekt er een bus (of meerdere bussen) naar de ijsbaan van Hoorn (de Slag) of Haarlem (de Watering) waar tot ongeveer 12.00 uur geschaatst kan worden. De kunstijsbaan is overkapt, dus het evenement gaat ongeacht de weersomstandigheden door. Vervolgens wordt er genoten van de lunch (zelf meebrengen) waarna er van 13.00-15.00 uur gezwommen kan worden. Hierna kunt u uw kind mee naar de zwembad ophalen bij het zwembad. Uiteraard staat uw kind de gehele dag onder onze begeleiding maar moet wel in het bezit zijn van een zwemdiploma. Is uw kind niet in bezit van een zwemdiploma dan kan deze onder begeleiding van een betalende volwassene mee.

Kosten: voorinschrijving bij de receptie (voor tijden, zie www.szz.nl): € 13,50, prijs inclusief entree ijsbaan, zwembad en busvervoer. U kunt ook op de dag zelf betalen, dan kost het € 15,00. Zelf meebrengen: handschoenen (verplicht op de schaatsbaan), schaatsen (kunnen evt. bij de ijsbaan gehuurd worden á € 3,50 in Hoorn en € 5,00 in Haarlem), zwemkleding en een lunchpakket. Voor meer informatie kunt u terecht op www.szz.nl



Op maandag 17 oktober 2011 organiseert zwembad de Watering: 's Morgens als een aap in het klimrek 's Middags als een vis in het water

's Morgens vertrekken wij op deze topdag rond 09.45 uur naar Monkey Town in Uitgeest. Monkey Town is een Indoor Speelparadijs waar kinderen naar hartelust oerveilich en overdekt kunnen spelen. In dit speelparadijs zijn speelgebieden voor kinderen van alle leeftijdsgroepen. Voor meer informatie, pak de folder bij de receptie of kijk op www.monkeytown.eu

Rond 12.15 gaan wij weer retour naar zwembad de Watering waar van het meegebrachte lunchpakket genoten kan worden.

Vervolgens kan er worden gezwommen van 13.00-15.00 uur, waarna u uw kind mee naar de zwembad ophalen. Uiteraard staat uw kind de gehele dag onder onze begeleiding maar moet wel in het bezit zijn van een zwemdiploma. Is uw kind niet in bezit van een zwemdiploma dan kan deze onder begeleiding van een betalende volwassene mee.

Kosten: voorinschrijving bij de receptie (voor tijden, zie www.szz.nl): € 13,50 (prijs inclusief entree Monkey Town, entree zwembad en busvervoer) U kunt ook op de dag zelf betalen, dan kost het € 15,00.

Zelf meebrengen: zwemkleding en een lunchpakket.

Deze dag gaat door mits wij voldoende aanmeldingen mogen ontvangen. Mocht het evenement onverhoopt niet doorgaan dan hoort u dit tijdig.

Voor meer informatie verwijst ik u naar de nieuwspagina van De Watering op www.szz.nl of bel 075-6286806

Ga voor meer informatie naar www.szz.nl

Ladies Night in Zaangolf



Naar aanleiding van het grote succes van de eerste avond, organiseren we op 15 oktober 2011 voor de tweede maal Ladies Night. Een geheel verzorgde avond met inspanning en ontspanning.

Zaterdagavond 15 oktober om 19.00 uur gaan de deuren van zwembad Zaangolf weer speciaal open voor de Ladies Night, welke ook dit jaar in het teken van Pink Ribbon staat.

Iedereen krijgt een welkomstcadeau bij binnenkomst en na het omkleeden wordt er gezamenlijk gestart met een warming up. Vervolgens worden er work-outs in 3 rondes gegeven, verschillend van aquacombat, bodypower tot aquapilates. Genoeg keuze en wellicht een nieuwe les om te proberen.

Na de inspanning komt de ontspanning. Met een heerlijk drankje kan iedereen bijkletsen en ook een kijkje nemen bij de verschillende kraampjes van ondernemers uit de buurt. Kleding, voeding, sieraden of een beautysalon, er is van alles.

Voor iedereen die komt doneren we €2,50 per persoon aan het goede doel: Pink Ribbon. Kaarten nu verkrijgbaar a € 10,- p.p. Kom jij ook?!



Griezelen in zwembad Zaangolf

Zaterdag 29 oktober wordt het griezelen in zwembad Zaangolf. Bij binnenkomst word je opgewacht door graaf Dracula en een feeks van een heks. Angstaanjagende figuren dwalen rond in het zwembad en houden je constant in de gaten. Ze nodigen je uit om allerlei macabere spelletjes te spelen. De graftombe van de bloeddorstige graaf Dracula is ook aanwezig. Deze moet je overigens niet aanraken anders beland je nog aan de schandpaal.

Verder is er een spookhuis met rare geluiden en vreemde zaken die het daglicht niet kunnen verdragen. Bovendien wordt er op deze avond weer gestreden om de 'Halloween Trofee' die uitgereikt zal worden aan de best geklede Halloween-ganger. Dus kom zo origineel mogelijk gekleed naar het zwembad, alles mag, als je er maar eng of vreemd uitziet. Vergeet uiteraard je zwembroek of badpak niet want het is tenslotte een zwembad, alleen nu net even anders. Deze avond is geschikt voor kinderen van 7-12 jaar. Kinderen jonger dan 7 jaar mogen onder begeleiding van een volwassene naar binnen. Het feest duurt van 19.00 - 21.30 uur.



De toegangsprijs is € 7,00 en er is uitsluitend een voorverkoop, omdat het vorige jaren volledig uitverkocht was. Kaartjes zijn vanaf heden verkrijgbaar bij de receptie van zwembad Zaangolf. Wil je meer weten? Neem dan contact op met de receptie: 075 - 6871540 of kijk op www.zaangolf.nl

HALLOWEEN NIGHT



Snel en verantwoord afslanken
Ado Elvers | Onafhankelijk Cambridge Consultant
Tel. 06 50 866 786
www.cambridgegewichtplan.nl

Cambridge
Weight Plan

Gratis proefles AquaZumba in zwembad De Slag
(geldig t/m 31 oktober 2011)

COUPON

Samenwerking Stichting Zwembaden Zaanstad en Kindzorg/FreeKids kinderopvang

De Jagersplas, het Guisveld, een heel netwerk aan slootjes, vaarten en kanalen en niet te vergeten de Zaan zelf. Onze omgeving is bijzonder waterrijk. Mooi en heerlijk om langs te wandelen of te fietsen maar al dat water is ook een verdrinkingsrisico voor kleine kinderen. Met zoveel water als in Zaanstad is zwemles dus bepaald geen overbodige luxe. Leren zwemmen hoort er gewoon bij. Net als de inenting op het consultatiebureau en het verkeersexamen op de basisschool.

Bij zowel de SZZ als bij Kindzorg/FreeKids staat 'Veiligheid' hoog in het vaandel. Daarom slaan de SZZ en Kindzorg/FreeKids de handen ineen en bieden vanaf 01 september de mogelijkheid om te leren zwemmen tijdens de buitenschoolse opvang.

Als SZZ gaan we de samenwerking met FreeKids graag aan. Het is en blijft uitermate belangrijk dat alle kinderen goed leren zwemmen. Ouders die hun kinderen bij FreeKids brengen hebben het erg druk. Vaak werken of studeren beide partners en hebben ze daarnaast veel sociale verplichtingen, moeten het huishouden doen en hun kinderen naar allerlei verenigingen en clubjes brengen. Deze

unieke combinatie van buitenschoolse opvang en leren zwemmen is daarbij een prima manier om de ouders verder te ontzorgen. Het halen van alleen een A-diploma is niet voldoende. Je beheerst dan weliswaar de basis maar voor echte veiligheid moeten kinderen minimaal ook het B-diploma en C-diploma behalen. Kinderen zijn hierdoor veel zekerder in het water en pas dan kunnen we spreken van een redelijke zwemveiligheid.

De zwemlessen kunnen worden gevolgd in de Watering, de Slag of Zaangolf.



Zwemmen in de groep van dinsdagochtend

■ Door Ado Elvers

Zaandam, zwembad de Slag, dinsdagochtend rond 12.00 uur. Een interview met de zwemgroep senioren hoe ga je dat aanpakken? De zwemgroep waar ik te gast ben is veel te groot om mee te gaan praten, maar een kleine afvaardiging, bestaande uit vier enthousiaste deelnemers blijkt de oplossing. Alie Bas en Rika de Ruiter, respectievelijk 70 en 78 lentes jong en Bas de Kloe en Jan Helms (76 en 78) praten graag over hun gezamenlijke passie... zwemmen in de groep van dinsdagochtend van 11.00 tot 12.00 uur.

Mijn verwachting van het vernemen van leuke anekdotes en ervaringen wordt ruimschoots overtroffen door de warmte en de vrolijkheid waarmee mijn vier gesprekspartners uitwiden over HUN zwemclub.

Rika: "Bij ons is de dinsdag heilig. Ik maak geen andere afspraken die dag, geen visite. Zelfs het oppassen op kleinkinderen is dan even geen optie. Van mijn zwemdag kan niemand mij afhouden, en dat geldt voor de meesten van ons".

Alie: "Ja, dat vind ik ook. Zo'n 13 jaar geleden ben ik in de Slag gaan zwemmen en sindsdien is het feest. We zijn een hechte groep en hebben enorm veel lol. Maar ook de sociale verbondenheid is enorm fijn. Nadat ik een poos thuis moest herstellen vanwege een gebroken nek, kreeg ik veel kaarten, telefoontjes en aandacht. En dat geldt voor elk van ons die door omstandigheden even niet kan komen".

Volgens de vier is zowel de fysieke als geestelijke inspanning belangrijk, ze blijven leniger en de geest wordt gestimuleerd omdat ze moeten nadenken tijdens de oefeningen. Ook vinden ze de sociale verbondenheid enorm te waarderen. Veel van de deelnemers



(v.l.n.r.) Rika, Alie, Bas en Jan praten over hun gezamenlijke passie... seniorenzwemmen

wonen alleen en vinden hun plezier en behoefte aan contact bij deze zwemgroep. Genieten door samen te bewegen, praten en te lachen.

Bas: "Ik ben in 1991 samen met mijn vrouw begonnen toen ik de vut inging. Je moet in beweging blijven en naast fietsen, wandelen en mijn deelname aan een barbershopkoor is zwemmen een heerlijke bezigheid. Het is het contact wat je hebt met anderen en we kijken er altijd naar uit. Het komt wel eens voor dat je geen zin hebt, maar dan ga je toch omdat je een verplichting voelt naar de groep. En als je dan eenmaal binnen bent is het weer helemaal goed en ben je blij toch gegaan te zijn".

Jan: "Mijn huisarts adviseerde mij om te gaan zwemmen nadat ik een herniaoperatie had ondergaan. Het water houdt mij soepel en ik beweeg me makkelijker. Als het zwemmen door de vakantieperiode een aantal weken uitvalt voel je het verschil direct en wil je maar wat graag weer aan de slag. Ik ben gestart in 1990. We hadden een heel leuk ploegje, waarin ook de moeder van

Hennie Huisman zat. Zij heeft er nog voor gezorgd dat we de Soundmixshow een keertje konden bijwonen".

Volgens Alie en Rika hebben Bas en Jan het plagen tot een kunst verheven en zijn zij de kwebbelaars van de groep. "Zelfs onze fantastische zweminstructeur Sonja, kan ze soms niet stil krijgen".

Bij sommige gelegenheden is het koffiedrinken na het zwemuur extra feestelijk zoals het vieren van Sinterklaas. Alie maakt een gedicht en er wordt iets lekkers bij de koffie aangeboden door zwembad de Slag. Ook als iemand afscheid neemt wordt dat op leuke wijze gevierd, zoals bij meneer Klitsie die al heel lang bij de club was.

ZWEMDIPLOMA VIA FREEKIDS

AVONTUURLIJK, LEUK EN VERANTWOORD!



- ✓ Lekker zwemmen tijdens de BSO
- ✓ Haal je A en B-diploma
- ✓ Zwem door voor je C-diploma

Kinderen die na school naar FreeKids buitenschoolse opvang gaan kunnen meedoen. Elke week zwemmen we in De Slag in Zaandam, De Watering in Wormerveer en Zaangolf in Koog aan de Zaan. De lessen worden gegeven door zweminstructeurs van Stichting Zwembaden Zaanstad (SZZ).

INFORMATIE EN
INSCHRIJVEN:
WWW.FREEKIDS.NL
OF BEL 088-1919190

freeKIDS
BUITENSCHOLESE OPVANG

SZZ
Stichting
Zwembaden
Zaanstad

Body Power gaat verder waar Aquarobic eindigt

Fun, Power en Snelheid!

Benuuwd naar deze nieuwe activiteit? Meld je aan bij onze receptie voor 1 november en betaal geen inschrijfgeld.

Zwembad De Slag
Vrijdag van 19.15 – 20.00 uur

Zwembad de Watering
Dinsdag van 20.15 – 21.00 uur
Prijs: € 60,00 p/3 mnd



NIEUW



Ga voor meer informatie naar www.szz.nl