

FRÜHLING 2014

Physio-Fit e.V.

# Newsletter

Standort Spandau



## Mitglieder- versammlung

Am Montag den 14. April findet unsere alljährliche Mitgliederversammlung in der Zentrale in Spandau (Stadtrandstr. 555, Haus 16B) statt. Bitte meldet Euch vorab in den ausliegenden Listen bis zum 31. März an. Je nach Größe der Runde, wird euch der Raum kurz vorher noch durch einen Aushang mitgeteilt. Die bisherigen Tagesordnungspunkte hängen an der Infotafel aus. Die Versammlung bietet Euch die Möglichkeit **AKTIV** vereinsrelevante Themen mit dem Vorstand zu erörtern (Themen meldet Bitte vorab an). Wir freuen uns auf alle neuen und langjährigen Mitglieder.

*Euer Physio-Fit e.V.*

## Fit in den Frühling!

### Wir erweitern unser Kursprogramm für Euch.

Aufgrund der regen Beteiligung an unseren Kursen, eröffnen wir neue Kurse ab April und Mai für euch.

- **Montags 8.15 – 9.00 Uhr** Wirbelsäulengymnastik bei Karin ab 7. April
- **Samstags 11.30 – 12.15 Uhr** HWS/ Schulter bei Ewa und Nico
- **Freitags 15.30 – 16.15 Uhr** Wirbelsäulengymnastik bei Christine ab 23. Mai
- **Freitags 16.15 – 17.00 Uhr** HWS/Schulter bei Christine ab 23. Mai

Sprechen Euch die Zeiten an? Dann tragt euch Bitte in die ausliegenden Listen ein. Wir wünschen euch viel Erfolg und Spaß in den Kursen.

### Kurz & Knapp!

#### Kursleiteränderung

Unsere Kursleiterin Renate wird ab sofort die Montag Nachmittag Kurse von 15.30 – 18.30 Uhr von Anja übernehmen. Anja steht euch dann ab 17.45 - 20.15 Uhr zur Verfügung.

#### Christine - Neu im Team

Unser Team wird ab Mai mit tatkräftiger Unterstützung von Christine erweitert. Sie ist eine sehr erfahrene Kurstrainerin im Rehasport sowie auch Pilatestrainerin.

#### Handtuchpflicht

Liebe Physio Fit Sportler! Bitte denkt daran, dass sowie in den Kursen als auch in dem Gerätebereich aus hygienischen Gründen eine **Handtuchpflicht** besteht. Also packt Euch zu jedem Training ein Handtuch in die Sporttasche.

## Stichprobenkontrollen

Achtung! Ab sofort werden sowohl in den Kursen, als auch im freien Gerätebereich Stichprobenkontrollen durchgeführt. Zehnerkartenbesitzer sollten die Karte immer parat haben und im Falle einer Kontrolle diese vorzeigen können. Bitte habt Verständnis für diese Kontrollen, damit alle Mitglieder unter gleichen finanziellen Bedingungen trainieren und sich keine schwarzen Schäfchen einschleichen. Die zum Teil auch aufgrund falscher Annahmen sich eingeschlichen haben. Wir sind auf eine friedliche Lösung und Aufklärung dieser Annahmen bedacht.



## Sommer, Sonne, Sommerfest!

Bald ist es wieder soweit. Unser traditionelles Sommerfest findet am letzten Freitag vor dem Beginn der Sommerferien am 4. Juli 2014 statt. Haltet Euch diesen Termin in Eurem Terminplaner frei. Beim letzten Sommerfest ist die Idee entstanden ein **Festtagskomitee** zu gründen, um dem Sommerfest ein bisschen mehr Programm und Struktur zu verleihen. Wer sich von Euch jetzt angesprochen fühlt, der meldet sich bitte bei Ingo. Freiwillige vor noch ein Tor!!! Apropos zu dieser Zeit rollt auch wieder der WM-Ball in Brasilien, da werden wir wieder alle zu Jogis Co-Trainern und können unsere Fachwissen unter die Leute bringen. An diesem Abend stehen 2 Viertelfinalpartien auf dem Programm. Wir freuen uns auf einen lustigen, gesprächigen, programmreichen, torreichen und sommerlichen warmen Tag. Das bunte Buffet darf dabei wieder nicht fehlen, Eure Kreativität ist gefragt.



### Kleiner Gruß zum Schluss

Pamelas Nachwuchs wächst und gedeiht prächtig. Hier ein aktuelles Bild vom mittlerweile 7 Monate alten bzw. jungen ;- ) Clemens.

