



NIEUWSBRIEF Jaargang 1, nummer 1

Met genoegen presenteren wij u de 1^e nieuwsbrief van Stichting Verder In Balans Zuid Oost Brabant!

Doelstelling van VIB voor 2011 was het vergroten van het aantal deelnemers aan het aangeboden sportprogramma. Is die doelstelling bereikt? Met trots kunnen wij zeggen: ja!

Vanaf woensdag 7 april 2011 hebben we een geslaagde workshop nordic walking gegeven. Er werd gesport vanaf Inloophuis de Eik, gevestigd op **landgoed Eikenburg** in Eindhoven, zodat na een introductie (onder het genot van een kopje koffie) in het bosachtig gebied van Eikenburg meteen van start kon worden gegaan. Op **woensdag 18 april 2012** zullen we wederom een workshop "sportief wandelen" aanbieden, waarin het **nordic walken** aan bod komt, ook weer 4 aansluitende woensdagen van **11:00 - 12:00 uur**, vanaf **Inloophuis de Eik**.

Sporten bij **B-Fysic** op het **Kastelenplein** Eindhoven: op **maandag** van **10:00 - 11:00** uur (daarnaast mogelijk ook om 10:30 - 11:30 uur) is een groep sporters doende onder leiding van een erkend bewegingsagoog hun conditie te verbeteren. Naast de groepen op **maandag** van **16:30 - 17:30** uur en op **woensdag** van **18:30 - 19:30** uur en van **19:30 - 20:30** uur betekent dit een welkome uitbreiding van het aantal deelnemers.

We willen in 2012 het aantal sporters per groep maximaliseren (12 mensen per groep), dus aarzel niet en kom mee sporten!

VIB ZOB heeft heel goede contacten met Inloophuis de Eik voor mensen met kanker en hun naasten. Deze contacten blijven van kracht voor de toekomst. Vanuit het inloophuis gaat al jaren een groep op **donderdag van 14:30 - 15:30 uur** naar het **zwembad Eikenburg** om te "**bewegen in warm water**". Deze activiteit wordt door gediplomeerde docenten gegeven en is ook u van harte aanbevolen!

Daarnaast zal zoveel mogelijk bekendheid worden gegeven aan VIB tijdens **open dagen** van Inloophuis de Eik of andere manifestaties in Eindhoven en omgeving! Kijk voor details op de website van het Inloophuis!

Nu is al zeker dat VIB zich zal manifesteren in 2012:

Op woensdag 25 april tijdens de **Beekloop** (op het terrein van de Grote Beek in Eindhoven).

Op **2 en 3 juni** tijdens de **Samenloop voor Hoop** in het centrum van **Valkenswaard** en aansluitend op **9 en 10 juni** tijdens de **Samenloop voor Hoop** op het terrein van **GVAC** bij de **KempenCampus** aan de **Knegselseweg** in **Veldhoven**.

Op **zaterdag 29 september** tijdens de **Parkgolf** in het groene stadshart in **Eindhoven**.

Op **zondag 14 oktober** met een kraam van **VIB ZOB** tijdens de **Marathon Eindhoven**.