

PICKSTART NIEUWSBRIEF

20-NOV-19

ADVERTEERDERS

CURSUS JEUGDTRAINERS

Op zaterdag 23 november volgen Anniek, Ciska en Meike een cursus op de ijsbaan in Den Haag. Wilco, Femke, Esther en Koen zijn er voor de jeugdgroepen en Ad is er voor de volwassen groep.

PUPILLENWEDSTRIJD

Zaterdag 7 december is er een pupillenwedstrijd voor alle kinderen geboren na 1 juli 2006 vanaf 18.30 uur tot ongeveer 20.00 uur. Dit is ook voor de kinderen van onze club die geen wedstrijdlicentie hebben. We zouden het leuk vinden om zo veel mogelijk kinderen van onze club aan de start te zien. Je kunt jouw gereden tijd op het scorebord zien en als je de clubkampioenschappen mee rijdt op 8 februari kun je zien of je vooruit gaat. Dit is echt een wedstrijd voor jezelf om je tijd eens te zien, er is geen prijsuitreiking nadien. De jongere kinderen rijden 2 keer een afstand van 100 meter, de oudere pupillen kunnen ook kiezen om 1 keer 100 en 1 keer 500 meter te rijden. Overleg dit met je trainer! In de lessen zal hier ook voor geoefend worden. Doe je mee? Geef je dan op via dit e-mailadres zodat Esther je in kan schrijven! Dit kan uiterlijk tot 4 december, maar liefst eerder!

We zoeken ook nog ouders, opa's of oma's die willen helpen met 'klokken' op deze avond?!

CHOCOMOMENTEN

Zaterdag 30 november is er weer een chocomoment na de training. Op het middenterrein drinken we wat met elkaar en misschien krijgen we nog wel visite?!

EEN HELM OP BIJ HET SCHAATSEN? WAAROM ZOU JE?

Op de ijsbaan is het dragen van een helm nog geen verplichting. Toch zie je steeds meer schaatsers met een helm op. Net als bij wielrennen en skiën zie je dat een aantal jaar geleden een aantal mensen een helm droeg, nu is de helm een vast onderdeel van de (wintersport-)outfit.

De verwachting is dat dit bij het schaatsen ook steeds meer 'normaal' wordt. Wij verplichten het dragen van de helm (nog) niet, maar raden het wel aan om je hoofd te beschermen. Je wilt tenslotte niet dat je hersenletsel of een inwendige bloeding overhoudt aan een val op het ijs.

Zeker bij de trainingen, waarbij meer schaatsers tegelijk op het ijs rijden, is het risico op vallen aanwezig. Je kunt zelf vallen, maar groot is ook de kans dat je door iemand anders onderuit wordt gereden.

Bescherm je hoofd en draag een helm!

Om de aanschaf van een helm te stimuleren krijgen onze leden dit seizoen 11% korting bij Azzuri. Azzuri is o.a. op zaterdag vanaf 9.45 uur open. Voor verdere tijden, zie website!

KLEEDKAMERS BREDA

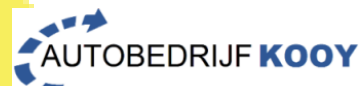
In de bijlage staat een schema met uitleg over de kleedkamers in Breda.

Volg ons via Facebook: District Hoekse Waard of Instagram: district_hoeksewaard

BEZOEK DE WEBSITE : WWW.DHWAARDKNSB.NL



DAVEVANDAMSPORT.NL
Specialist in schaatsen, skeelers en sportkleding



Rabobank