

Nieuwsbrief December 2017



Sports centre NH Koningshof
laat u bewegen

www.sportscentre-
nhkoningshof.nl
Tel. 040-2581970
Fax. 040-2545515

sportscentre-
nhkoningshof@nh-
hotels.com

Openingstijden

maandag t/m vrijdag
07.00 tot 23.00 uur

Telefonisch vanaf 8.00 u
zaterdag en zondag
8.00 tot 21.00 uur

Beste Centrum voor Sport & Wellness

Het Eindhovens stadsmagazine
"Licht op Eindhoven" heeft ons Sports
centre gekozen als beste centrum voor
sport en wellness.

Hiep Hiep Hoera!!



Sports centre
NH Koningshof
Locht 117
5504 RM Veldhoven

Maandactie December

Sauna Opgietingen



De week van 18 t/m 22 december staat weer in het teken van
opgietingen in onze sauna's.

Houdt de mededelingen op onze
balie goed in de gaten voor dagen en tijden.

Schrijft u zichzelf vlug in? Want vol=vol

Maandactie!

Proef onze overheerlijke winterkoffie!



Heerlijke koffie met
amandelsiroop, room
met een lekker stuk
banketstaaf voor
maar:

€ 3,25

What's next?:

In de laatste week van december de jaarlijkse opgietingen in de sauna

In de eerste week van 2018 de winterwandeling

Heeft u een leuk idee voor een leuke activiteit? Dan horen we deze graag!

Wist u dat:

.. je tussen de 2 en 4 miljoen zweetklieren in je lichaam hebt.

.. dat ons zwembad 2x per dag gemeten wordt op de chloorwaarden en ph waarde .

.. als je je rechteroog sluit nooit over je rechterschouder kunt kijken.

..Wist u dat u dat nu ook geprobeerd hebt.

.. de langste tenniswedstrijd ooit 11 uur en 5 minuten duurde.

.. dat Cubaan Javier Sotomayor het hoogste heeft gesprongen ooit namelijk 2,45 mtr in 1993.

.. de 1^e nederlandse profvoetballer Gerrit Visser in 1926 in Amerika ging voetballen.

Believe you can & you're halfway there.'

T.Roosevelt

Parkeerbeleid NH Koningshof vanaf 1 januari 2018:

Zoals u allemaal waarschijnlijk al is opgevallen is Koningshof druk bezig met het **installeren van betaald** parkeren op het terrein. Per 1 januari vinden de volgende wijzigingen plaats:

- Er is een standaard tarief € 1,50 per uur
- Er is een maximum van € 7,50 per 24 uur
- De eerste 3 uur is het parkeren gratis.

Het systeem werkt op kenteken registratie. Dit wil zeggen dat uw kenteken wordt gelezen bij binnenkomst . De slagboom zal bij het verlaten van het terrein open gaan als uw kenteken binnen 3 uur weer gelezen wordt.



Wist u dat we een nieuwe yogastijl hebben?

Dinsdag 18.30 – 19.30 uur instructrice Jenny
19.45 – 20.45 uur instructrice Jenny

Do in Yoga is een actieve vorm van yoga waarin het bewegen vanuit de Hara (buik) centraal staat. Om de energie in de meridianen door te laten stromen wordt gebruik gemaakt van speciale strekkingen, balansoefeningen, krachtoefeningen, mobiliserende oefeningen en behoudingstechnieken. Deze worden gecombineerd met meditatie, aandacht- en ademhalingstechnieken. Met deze weloverwogen en doordachte bewegingsvorm word je zowel fysiek, mentaal als emotioneel steeds gezonder. Op alle vlakken kom je lekkerder in je vel te zitten: soepel, krachtig en stabiel in lichaam en geest. Het gevolg van de Do-in yoga training kan een spiritueel ontwaken zijn. De theorie is gebaseerd op de leer van Yin, Yang en de vijf elementen.

Neem een proefles!

U kunt zich opgeven aan de balie



Wij wensen u fijne feestdagen en een gezond en sportief 2018!

*Team Sports centre
NH Koningshof*

Wat vindt er zoal plaats in NH Conference Centre Koningshof de komende tijd:

7/12 – 8/12	NWO Chains	1350
9/12 – 10/12	Sap cup 2017	1560
13/12 – 15/12	Biemond cursussen 2017	600
17/12	Udo hip hop	500-2500
1/1 – 7/1	WK Country western	500