

# Zorgboog Balans

## Aanmeldingsformulier Beweegaanbod

Versie 8-1-2020

## Zorgboog in Balans

Julianalaan 2  
5707 HR Helmond  
[info.zib@zorgboog.nl](mailto:info.zib@zorgboog.nl)  
tel. 0492-348444

Beste meneer/mevrouw,

Wij willen u vragen dit aanmeldingsformulier in te vullen en te retourneren aan Zorgboog in Balans, dit kan per post naar bovenstaand adres of per mail naar [info.zib@zorgboog.nl](mailto:info.zib@zorgboog.nl).

**Achternaam:** \_\_\_\_\_  
**Voorletter(s):** \_\_\_\_\_  
**Straatnaam + huisnummer:** \_\_\_\_\_  
**Postcode + woonplaats:** \_\_\_\_\_  
**Telefoonnummer:** \_\_\_\_\_  
**Geboortedatum:** \_\_\_\_\_  
**Emailadres:** \_\_\_\_\_  
**Zorgboogextra ledenummer:** \_\_\_\_\_

Binnen Zorgboog in Balans worden verschillende activiteiten aangeboden onder begeleiding van een bewegingsagoog. Hieronder kunt u aangeven voor welke activiteit(en) u zich wilt aanmelden. Op de achterzijde vindt u verdere uitleg en de kosten van de activiteiten.

### 50Fit

- |                       |         |                   |                  |
|-----------------------|---------|-------------------|------------------|
| <input type="radio"/> | Dinsdag | 13.00 - 14.00 uur | Microhal, Deurne |
| <input type="radio"/> | Vrijdag | 09.30 - 10.30 uur | Microhal, Deurne |
| <input type="radio"/> | Vrijdag | 10.45 - 11.45 uur | Microhal, Deurne |

### Groepsfitness

- |                       |           |                   |                         |
|-----------------------|-----------|-------------------|-------------------------|
| <input type="radio"/> | Maandag   | 09.00 - 10.00 uur | De Nieuwenhof, Deurne   |
| <input type="radio"/> | Maandag   | 16.00 - 17.00 uur | De Nieuwenhof, Deurne   |
| <input type="radio"/> | Woensdag  | 15.00 - 16.00 uur | De Nieuwenhof, Deurne   |
| <input type="radio"/> | Donderdag | 16.00 - 17.00 uur | Keyserinnedael, Helmond |

### Cognitieve Fitness

- Ik meld me aan voor de wachtlijst, zodra er voldoende animo is wens ik op de hoogte gebracht te worden.  
 Voorkeur locatie: \_\_\_\_\_  
 Voorkeur dag/tijd: \_\_\_\_\_

### Vrije training

- |                       |                         |                                       |                                      |
|-----------------------|-------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="radio"/> | Franciscushof, Lieshout | <input type="checkbox"/> 1 x per week | <input type="checkbox"/> 2x per week |
| <input type="radio"/> | Keyserinnedael, Helmond | <input type="checkbox"/> 1 x per week | <input type="checkbox"/> 2x per week |
| <input type="radio"/> | De Nieuwenhof, Deurne   | <input type="checkbox"/> 1 x per week | <input type="checkbox"/> 2x per week |

**Prijsoverzicht**

Beweegactiviteit	Kosten	Aantal lessen
50 Fit	€ 20,00 per maand	35 lessen per kalenderjaar
Groepsfitness	€ 30,00 per maand	43 lessen per kalenderjaar
Cognitieve Fitness	€ 109,00 eenmalig	10 lessen
Vrije training	€ 17,50 per maand	1 keer per week
Vrije training	€ 25,00 per maand	2 keer per week

Bovengenoemde prijzen zijn geldig per 1 januari 2020 en inclusief 9% btw.

**Omschrijving cursusaanbod****50Fit**

In de sporthal gaan we iedere week aan de slag met een ander beweegthema. De les wordt afgesloten onder het genot van een kop koffie/thee.

**Groepsfitness**

Fitness in kleinschalig groepsverband onder professionele begeleiding. We doen gezamenlijk een warming-up, gaan onder begeleiding aan de slag met een op maat gemaakt oefenschema, daarna sluiten we de les af met een gezamenlijke cooling-down.

**Cognitieve Fitness**

In deze 10 weken durende cursus richten we ons op het behoud en de verbetering van zowel de fysieke als cognitieve vitaliteit. Tijdens de cursus worden fitnessoefeningen en bewust ademhalings- en ontspanningsoefeningen gecombineerd met cognitieve elementen die de hersenen bewust activeren. Bij de prijs zit inbegrepen; het werkboek en een set jongleerballen.

**Vrije training**

U gaat zelfstandig aan de slag met o.a. behoud en/of verbetering van spierkracht, lenigheid en uithoudingsvermogen. Let op! U ontvangt geen begeleiding tijdens de vrije training, en u maakt op locatie een afspraak voor het trainmoment. Er mag alleen gebruik gemaakt worden van de apparatuur onder toezicht van een behandelaar van Zorgboog in Balans.

**Algemene voorwaarden en Privacyverklaring**

Voor de algemene voorwaarden, onze privacyverklaring en de huisregels verwijzen wij u graag naar onze website [www.zorgbooginbalans.nl](http://www.zorgbooginbalans.nl).

**Machtiging automatische incasso**

- Hierbij geef ik Zorgboog in Balans toestemming om maandelijks het abonnementsbedrag te incasseren van onderstaande bankrekening (niet van toepassing bij Cognitieve fitness).
- Rekening (IBAN):

---

**Datum Inschrijving:**


---

**Handtekening:**


---

\* U gaat akkoord met de algemene voorwaarden en privacyverklaring zoals vermeld op onze website.