

Digitale Nieuwsbrief Sneeuwfit – April 2021

Beste sneeuwfiters,



Albert Wieken, voorzitter Sneeuwfit Zutphen

Hoe gaat het ermee? Ik hoop dat het natuurlijk goed met je gaat. Heb je jezelf nog in vorm kunnen houden met onze krokuskalender? Ik ben heel benieuwd wat 2021 ons gaat brengen. En dat we over niet al te lange tijd weer samen kunnen sporten. Buiten loopt alles al weer uit. Vanochtend zag ik in de bossen bij 't Joppe al speenkruid in bloei staan. Wintersport is dit jaar in het water gevallen. Met een beetje geluk kan dat komend winterseizoen weer goedgeemaakt worden. Lees in deze nieuwsbrief over het afscheid van Derk Braunius en Stef Berends, en over de reanimatietrainingen en natuurlijk over het starten van Lentefit.

LENTETRaining WEER VAN START

Zaterdag 24 april starten we met Lentefit. In de mooie ontluikende bossen en op de hei loop je in groepjes van maximaal vier personen. Onderweg kom je trainers tegen bij wie je enkele oefeningen doet. Het is dus afwisselend wandelen of hardlopen en oefeningen doen. Je blijft de hele training bij jouw groepje van maximaal vier personen en houdt onderling voldoende afstand. De training is door onze trainers coronaproof opgezet. Je kunt je inschrijven [via dit aanmeldformulier](#). Mocht je nog twijfels hebben, dan hebben we daar natuurlijk ook alle begrip voor. We hopen je in ieder geval snel weer te zien.



AFSCHEID DERK BRAUNIUS

Het bestuur ontving eind vorig jaar een fraaie afscheidsbrief van Derk Braunius, met zijn 94 lentes het oudste lid van Sneeuwfit Zutphen. Jarenlang was hij samen met zijn hondje Fluffie een vaste waarde in de groep van Petra. Sterker: Derk maakte indruk met zijn kwieke en immer positieve uitstraling. Maar een uurtje met stevige pas lopen kan hij niet meer aan, zo liet hij weten. 'Het zijn voor mij, in jullie midden, mooie jaren geweest', aldus Derk. 'Het was fijn om samen door de bossen, over de heide en over de paden te lopen. Dank voor de vele vriendschappen en de goede tijd 'daar in dat kleine cafeetje op de zessprong', samen aan de koffie na het lopen en de oefeningen. Het ga jullie goed.'

Wij bedanken Derk voor zijn jarenlange deelname aan de trainingen, zijn positieve inbreng en aanstekelijke optimisme.





REANIMATIETRAINING OPGESCHORT

De pandemie zit ook de (herhalings)cursussen en trainingen van de reanimatie en het gebruik van de AED in de weg. Vol goede moed waren de cursussen in september opgestart, maar de lockdown stak een stok in de wielen. Het bestuur van de Stichting Hartreanimatie Zutphen heeft besloten om niet eerder te herstarten dan verantwoord is. Het jaar 2021 ziet men nu als een soort tussenjaar en men hoopt in 2022 weer op volle kracht verder te gaan. Wanneer het eerder mogelijk is om weer te beginnen, zal men dat echter zeker doen. [Voor meer info, lees hier door>>](#)

AFSCHEID STEF BERENDS

Stef Berends heeft besloten om te stoppen als trainer bij onze vereniging. Hij heeft Bianca twee seizoenen geassisteerd en één seizoen CityBootcamp gegeven. Stef kon deze activiteiten niet meer combineren met zijn studie aan de ALO en een baan als teamleider bij een supermarkt. Bij deze willen we Stef enorm bedanken voor zijn enthousiasme en zijn inzet. Zijn kompaan Jarno Rensink blijft wel als assistent verbonden aan Sneeuwfit Zutphen.

