

## Team Sunrise geeft geen meter toe tijdens spinningmarathon!

A.s. vrijdag, 27 maart, organiseert team Sunrise een spinningmarathon bij Go4fitness in Bedum. De laatste sportieve activiteit die binnen georganiseerd wordt, daarom willen we ieder dan ook van harte uitnodigingen om te komen! De marathon begint om 8.30 uur en duurt tot 21.30 uur. Voor €10,- kun je een spinningfiets gebruiken en onder leiding van deskundige instructeurs een eind mee fietsen/spinnen.



Ook Robert Prins (teamlid Team Sunrise) zal aanwezig zijn met zijn massagetafel en biedt zijn deskundige diensten aan op het gebied van manuele therapie/bodycheck. Voor €10,- neemt hij je onder handen en geeft je adviezen waar je mee verder kunt. Tevens heeft hij zich verdiept in de sportvoeding van Powerbar en neemt hij deze voeding mee voor de verkoop. Leden van Team Sunrise gebruiken het sinds kort ook en zij merken het (positieve) verschil. Laat je gerust informeren door Robert, hij adviseert graag maar verplicht je tot niets.



Wat biedt Team Sunrise nog meer deze dag? Voor de kinderen een springkussen en suikerspinnen, voor allen gezonde smoothies en verder vooral heel veel gezelligheid in een sportief jasje. Ook als je dus niet van spinnen houdt ben je van harte welkom om te kijken en aan te moedigen. Alles op deze dag staat weer in het teken van ons doel: Opgeven is geen optie/Alp d'HuZes/KWF. Alle opbrengsten gaan naar ons doel.



Ben je geïnteresseerd en wil je mee doen aan de marathon geef je dan zo snel mogelijk op bij Jacqueline Zuidhof (06- 44 37 95 51), of via Facebook-pagina van Team Sunrise. Tuurlijk mag je vrijdag ook binnen komen lopen en je als nog opgeven. We zien je graag as vrijdag in Bedum bij Go4Fitness!!

Bron & foto's: Team Sunrise (25 maart 2015)