

LAND VAN CUIJK 

APRIL 2019 **GRATIS MEENEMEN!**
WWW.LANDVANCUIJKBRUIST.NL

BRUIST

Dagje weg?
Haarlem
bruist!

Wat doe jij op 12 april?
Lees Bruist op Nationale Offlinedag!



JANNES IN HOLLAND CASINO



**VRIJDAG 26 APRIL
NIJMEGEN**

SPEEL BEWUST 18+
HOLLANDCASINO.NL

GRATIS ENTREE & DRANKJE

VOOR 2 PERSONEN

Geldig t/m 30 april 2019 in Holland Casino Nijmegen.

BRS-CODE 8 200

10 & 24 APRIL

WINNING WEDNESDAY
ONTVANG GRATIS
€10,- SPEELGELD

21 & 22 APRIL

ZET IN OP PASEN
GENIET VAN EEN LUXE
LUNCH VOOR €7,50

RESERVEER ALVAST UW TAFEL
VIA 024 - 381 63 81



**HOLLAND
CASINO** 
HET ENIGE ECHTE CASINO



Inhoud



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Silvia Wijnen

THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist

EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

ACQUISITIE Raoul Bosman, 06-15948855

CONTACT LAND VAN CUIJK BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

nl@nederlandbruist.nl

 Like ons op Facebook/Land van Cuijk Bruist


CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

ABONNEMENT Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar abonnement@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merknaam Land van Cuijk Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, IJbiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengebied, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildes-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.



Heb je dat gevoel ook weleens, dat de tijd vliegt? Voor ons idee is het pas net 2019, maar het eerste kwartaal hebben we alweer achter de rug. Je hoort ons overigens niet klagen hoor; alleen maar fijn dat die koudere, natte maanden achter de rug zijn.

Bruisende lezer,

We zijn dit jaar natuurlijk al verwend met een aantal zeer zonnige dagen, maar dat mogen er wat ons betreft nog wel wat meer worden. Dus kom maar op met die heerlijke voorjaarszon!

Het is dus alweer april. De maand van Pasen en de verjaardag van de koning. En zo kent deze maand nog heel wat meer bijzondere dagen. Wat te denken van Nationale Offlinedag en Secretaressedag? En ook Wereldboekendag staat in april op de kalender, zoals verderop in deze nieuwste editie van Bruist eveneens te lezen valt.

Wat je nog meer kunt lezen? Van alles! Zo nemen we je mee naar dé monumentenstad die alles heeft: bruisend Haarlem. Wist je dat deze oude stad iedereen wat te bieden heeft? Daar vertellen we je graag meer over. Net zoals bruisende ondernemers als Arts Keukens en Plameco ITB je maar al te graag meer vertellen over hun eigen bedrijf. Nieuwsgierig? Blader dan snel verder...

Veel leesplezier en tot volgende maand.

Raoul Bosman



Een monumentenstad die alles heeft

Een gezellig historisch centrum, verborgen straatjes en hippe conceptstores: Haarlem is de stad die alles heeft. Deze prachtige oude stad in Noord-Holland zit boordevol historische panden en toffe winkelstraten en heeft voor ieder wat wils. Nog meer informatie vind je op www.visithaarlem.com.

Haarlem



SHOPPEN

In **DE GOUDEN**

STRAATJES vind je alles van unieke boetiekjes tot interieurshops en ambachtelijke winkels. De mooie gevels maken shoppen in de Gouden Straatjes een feestje, of je nu op zoek bent naar nieuw, vintage of design!

STADSSCHOUWBURG & PHILHARMONIE HAARLEM

biedt voorstellingen en concerten op twee prachtige locaties in Haarlem. De zaal van de honderdjarige Stadsschouwburg is bekleed met goud op de wanden, rood pluche en een kroonluchter. De Philharmonie beschikt over één van de beste akoestische kamermuziekzalen van Europa. Met als pronkstuk het Cavaillé-Coll-Organ.

CULTUUR

Oud en nieuw ontmoeten elkaar in het **FRANS HALS MUSEUM**. Historische werken hangen naast hedendaagse kunst en eigentijdse installaties. In het **TEYLERS MUSEUM** ontdek je de wonderen van kunst en wetenschap. Teylers is het oudste museum van Nederland en je vindt hier onder meer kunstwerken van de oude meesters, eeuwenoude fossielen en peperdure boeken.



BEREIKBAAR

Haarlem is goed bereikbaar met zowel de auto als het openbaar vervoer. Haarlem heeft twee treinstations en is goed te bereiken vanuit heel het land. Via de toegangswegen vind je borden met aanwijzingen naar de dichtstbijzijnde openbare parkeergarages. In het centrum zelf is parkeren moeilijk door de beperkte parkeergelegenheid op straat.



Haarlem



De tentoonstelling **ANNO HAARLEM** vindt plaats in de kelder van het stadhuis. In deze tentoonstelling word je meegevoerd naar de glorie-dagen van Haarlem tijdens de Gouden Eeuw en zie je onder andere hoe de St. Bavokerk werd gebouwd.



HISTORIE

Vanaf buiten de stad is de grote **ST. BAVOKERK** al te zien. De bouw van deze historische kerk begon in 1245 en het gebouw wordt tot op heden gebruikt voor kerkdiensten. Deze unieke middeleeuwse kerk is één van de grootste van Nederland.

DE NIEUWE BAVO BLOEIT

Van 5 t/m 13 april is de St. Bavokerk stralend middelpunt van bloem(sier)kunst. Met ruim 60.000 bloemen, geschikt door studenten en docenten van diverse Nederlandse opleidingen bloemsierkunst.

Sprookjesachtig en betoverend!

www.denieuwebavobloeit.com



NATUUR

Als je even wilt ontsnappen aan de drukte van het stadsleven is **NATIONAAL PARK KENNEMERDUINEN** om de hoek.

Je kunt hier goed fietsen, wandelen of hardlopen.

Voor de liefhebbers van een prachtige horizon en een frisse zeelucht is het strand van **BLOEMENDAAL AAN ZEE** vanuit Haarlem goed te bereiken, zowel met het openbaar vervoer als met de auto.

JOPENKERK

Jopen heeft de eeuwenoude Haarlemse brouwtraditie in ere hersteld. Een voormalig godshuis in het levendige centrum van Haarlem is omgetoverd tot een moderne stadsbrouwerij, grand café en restaurant. De Jopenkerk Haarlem maakt van ieder bezoek een ware beleving. Onder het genot van een borrel of diner kunnen bezoekers het brouwproces met eigen ogen aanschouwen.

www.jopenkerk.nl/haarlem





Wij creëren het thuisgevoel



Bezieling, beleving en emotie

Bezieling, beleving en emotie. Sinds 1973 zijn dit de drie belangrijkste pijlers onder het succesvolle concept van Arts Keukens. Silfran en Marian Peeters zijn de gezichten van het bedrijf én de ontwerpers. Anno 2019 timmeren ze hard aan de weg. Samen met het team van meubelmakers en monteurs creëren zij jouw droomkeuken en/of maatwerk-interieur.

“Wij verkopen geen standaard keukens”

vertelt Marian. “We creëren een keuken die onze klanten op het lijf is geschreven, naadloos aansluitend op hun manier van leven en werken. We verwelkomen je hiervoor in onze intieme showroom annex kookstudio in Rijkevoort. Bij voorkeur gaan we echter naar de mensen thuis om de sfeer te proeven. Dit geeft volop inspiratie voor het ontwerp.”

Out of the box

“We verrichten maatwerk in de ruimste zin van het woord. Passend in de ruimte, passend bij ieders wensen en ideeën, maar ook passend bij ieder budget. Doordat we ‘out of the box’ denken, komen we altijd tot iets bijzonders. We maken bovendien levensechte 3D-tekeningen zodat je meteen een goed beeld hebt van jouw droomkeuken.”

Daarnaast geven we tips hoe je een en ander praktisch in kunt delen. Ook als er pas na een paar weken vragen zijn, kun je die gewoon aan ons stellen.”

Milieuvriendelijk werken

“We merken gelukkig dat er genoeg mensen zijn die kiezen voor een kwaliteitskeuken waar je vele jaren plezier van hebt. Het succes maakt mede dat we op een verantwoorde manier willen ondernemen. We doen dan ook ons best om zo milieuvriendelijk mogelijk te werken. Zo gebruiken we water gedragen lak en produceren we dankzij onze C&C machine een stuk minder afval.”

“Wij verrichten maatwerk in de ruimste zin van het woord”

Nazorg

“We doen tevens een stuk nazorg. Als de keuken is geplaatst, komen we bij je thuis om uit te leggen hoe alles werkt en hoe de keuken onderhouden moet worden.

Arts Keukens ontwerpt en produceert ook creatieve maatwerk interieuroplossingen; van bankjes, tafels en televisiemeubels tot inloopkasten en badkamermeubels.



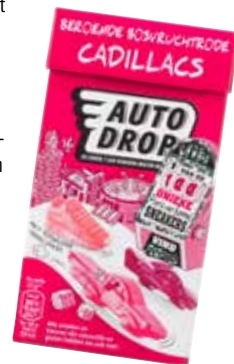
Arts Keukens
Maatwerk maakt mooier!

Veldweg 6, Rijkevoort
0485-573194 | info@ak.nl
www.ak.nl



AF EN TOE ZONDIGEN

De limited edition snoepjes in het Cadillac-doozje dat eigenzinnig schoenenontwerper Floris van Bommel voor Autodrop heeft ontworpen, zijn zeker de moeite waard! De heerlijke bosvruchten-smaak is zoet en de sneakervorm van de snoepjes is grappig en verfrissend. **Het doosje Cadillac Autodrop koop je onder andere bij Albert Heijn voor € 1,64** www.autodrop.nl/vanbommel



VERSE, GEZONDE EN DUURZAME MAALTIJDEN
Soms heb je geen zin om na een lange dag nog naar de supermarkt te gaan, maar wil je wel een gezonde maaltijd op tafel zetten. Freasy maakt dat makkelijk! De verse maaltijden van Freasy bevatten alleen gezonde ingrediënten en geen onherkenbare toevoegingen. De gerechten zijn tot tien weken houdbaar in de vriezer én zijn plasticvrij verpakt. **De maaltijden van Freasy zijn verkrijgbaar vanaf € 7,- per gerecht.** www.freasy.nl

Het is weer

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Wil jij kans maken op een heerlijk diner voor twee bij een vestiging van Moeke naar keuze?

Restaurant Moeke is te vinden in Delft, Rhenen, Breda, Enschede, Ede, Nijkerk en Scheveningen.



Like dan de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #Moeke naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**



BUITEN DE DEUR ETEN

Neerploffen in een restaurant is altijd lekker. Bij Moeke is de sfeer laagdrempelig en heb je het gevoel dat je bij iemand in de huiskamer zit. Wél een huiskamer met heerlijke gerechten, van lunch en diner tot borrelhapjes en goede wijnen of speciaalbieren. Restaurant Moeke is te vinden in Delft, Rhenen, Breda, Enschede, Ede, Nijkerk en Scheveningen. www.moeke.nl

SPORTIEF CRUISEN

De Union E-Lite is de nieuwste telg in de fietsenfamilie van Union, en daar moet je op gezien worden! De E-Lite is een elektrische fiets waarmee je met gemak een flink aantal kilometers kunt maken. Of je de fiets nu gebruikt voor een rondje door het park of om de stad te doorkruisen: trendy ben je sowieso! **Vanaf €1.999.** www.union.nl



voorzijder!

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#3

Maak nu kans op 2 entreekaartjes voor Linnaeushof.

Linnaeushof mag zich met recht Europa's grootste speeltuin noemen. Er zijn meer dan driehonderdvijftig speeltoestellen en attracties.

Europa's grootste speeltuin
Linnaeushof

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #Linnaeushof naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

Maak nu kans op een Meguiars New Car Kit t.w.v. € 79,99

Was, droog en wax uw auto met deze speciale producten. Behandel tot slot ook de banden en de auto zal er weer als nieuw uitzien! Aangeboden door www.wheeloutlet.nl



ELST
HANDEL & MONTAGE

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #Linnaeushof naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

CHARME VAN DUIFHUIZEN

Om de snakeprint trend kun je niet meer heen! Dat is dan ook de reden waarom wij zo'n fan zijn van deze shopper van het merk Charm. Deze tas is gemaakt van echt leer en biedt voldoende ruimte voor je dagelijkse essentials. **Charm shopper snake light grey, € 49.95** www.duihuizen.nl



Exclusieve MUURDECORATIE



Fotokunst en
print posters
al vanaf
€ 6,95



WALLI



Train je billen,

want ze hebben veel te verduren!

Onze billen zijn het fundament van ons lichaam. Zorg jij eigenlijk wel goed voor je fundering?

Onze billen hebben veel te verduren tegenwoordig. Met name omdat ze nauwelijks nog gebruikt worden. Denk er maar eens over na: je slaapt liggend, zit te ontbijten, gaat in de auto naar je werk, zit op kantoor, zit in de auto terug naar huis, zit te eten, nog even op de bank tv kijken om vervolgens weer liggend te gaan slapen. Tijdens het liggen en zitten doen je billen niks en dat is juist funest.

Ons lichaam is gemaakt om te bewegen. Sterker nog, je lichaam gaat steeds beter functioneren als je er meer mee doet. Daarom word je ook fitter als je meer gaat sporten, je lichaam past zich daarop aan. En als je niet meer sport, word je steeds minder fit, ook daar past je lichaam zich op aan. Aangezien onze billen het fundament zijn van ons lichaam, is het essentieel om je billen goed te trainen. Want zonder een sterk fundament zakt alles in elkaar. Door de huidige levensstijl waarin zitten de regel is, is het extra belangrijk om je billen te bewegen en te trainen. Met de juiste training en beweging zorg je namelijk voor een sterk fundament.

Wil je weten hoe je je billen het beste kunt trainen? Stuur dan een mail naar lieke@epicbody.nl of bel naar 06-58710659 voor het maken van een afspraak voor een vrijblijvend intakegesprek.

Lieke

Training met
persoonlijke
aandacht



Wil jij fitter en sterker worden?
Of wil je graag leren hoe je moet trainen zodat je daarna zelf verder kan in de sportschool of thuis? Dan ben je bij mij aan het goede adres.

In mijn ruime praktijk aan huis train je onder de beste begeleiding met kwalitatief materiaal. Anders dan in een sportschool train je hier zonder omstanders. Ik vind het belangrijk dat je je volledig kunt focussen op het trainen en je op je gemak voelt.

Ik ben Lieke en ik ben jouw personal trainer.

EPIC BODY

Carmelietenstraat West 75, Boxmeer
06-58710659 | www.epicbody.nl





PLAFONDS MET VERLICHTING, WAAR JE MAAR WENST

Natuurlijk kent u dat ook, de ergernis van een plafond dat niet meer bij het interieur past of dat lelijk geworden is door vochtplekken of scheuren.

Het steeds weer camoufleren door telkens opnieuw te witten, spreekt niemand aan. Om nog maar niet te spreken van de andere oplossing, het vervangen van het bestaande plafond. Beide oplossingen brengen namelijk veel ongemak met zich mee. De kamer moet helemaal leeggemaakt worden en de vloer afgedekt. Er ontstaat veel stof, rommel en overlast.

Er is een heel goed alternatief: een plafond van Plameco. Deze flexibele plafonds worden als één strak geheel op maat gemaakt en zijn scheur- en schilfervrij. Bovendien zijn deze plafonds schimmel-, algen- en bacteriënwerend, waardoor ze tevens geschikt zijn voor 'natte' ruimtes zoals keuken, badkamer of

zwembad. Hak- en breekwerk is niet nodig, want een Plameco-plafond wordt vlak onder het bestaande plafond gemonteerd. Desgewenst kan het ook als verlaagd plafond worden toegepast.

Bestaande verlichting kan geïntegreerd worden, maar het is ook mogelijk het plafond te verfraaien met inbouwverlichting. Ons verlichtingsprogramma biedt voor elke toepassing een oplossing. De nieuwste trend is natuurlijk de energiezuinige ledverlichting met een lange levensduur.

Neem nú de beslissing. Ga naar de website of bel voor een afspraak en laat je gratis voorlichten door onze Plameco-adviseur.

Muziek maken of luisteren?

Jouw muziekbeleving ook in de toekomst?
Voorkom blijvende gehoorschade!

Speel je in een bandje? Ga je graag naar concerten en muziekevenementen? Wil je blijven genieten van je favoriete muziek zonder kans op gehoorschade? Dan zijn onze op maat gemaakte oordoppen de oplossing. Het aantal jongeren dat de diagnose 'levenslang blijvende gehoorbeschadiging' krijgt, neemt schrikbarend toe. Langdurige blootstelling aan te harde muziek is hiervan dikwijls de oorzaak. Niet alleen als gevolg van het dragen van mp3 oortjes, maar juist ook door het bezoeken van muziekfestivals waarbij de muziek steeds luider staat, met piepende oren tot gevolg.

Universele oordoppen voorkomen wel gehoorschade, maar beperken 'jouw muziekbeleving'. De muziek klinkt dof doordat alleen de hoge tonen worden gedempt. Onze op maat gemaakte muziek-oordoppen zorgen voor een vlakke filtering waardoor het geluid gelijkmatig wordt gereduceerd terwijl de klankkwaliteit behouden blijft. De muziek-filters zijn leverbaar in verschillende vlakke demping zodat de oordoppen precies kunnen worden afgestemd op jouw muziekvoorkeur.

Het toepassingsgebied van op maat gemaakte oordoppen is groot:

- motor/cabrio rijden, vliegen, muziekevenementen, schietsport
- werken in een lawaaierige omgeving
- geconcentreerd werken
- in-ear monitoren voor muzikanten, geluidstechnici en audioliefhebbers
- in-ear communicatie voor security, EHBO, handhaving openbare orde
- zwemdoppen voor een waterdichte afsluiting van de gehoorgang

COLUMN/MARC ARTS



Medico-otoplastics.nl levert hoogwaardig op maat gemaakte oordoppen. Door een afdruk te maken van je oren, zitten de oordoppen letterlijk als gegoten. Het ingebouwde filter houdt hinderlijke geluiden tegen en laat belangrijke geluiden door. Onze jarenlange advisering op akoestisch gebied en uw persoonlijke geluidbeleving zorgen ervoor dat we de juiste oordoppen en filters ontwerpen.

Medico-otoplastics.nl maakt onderdeel uit van bureau ATA, een adviesbureau op het gebied van lawaai-beheersing en arbeidsveiligheid.

Marc Arts
Zanddijk 30, Scharen
06-20122109
info@bureauATA.nl
www.bureauATA.nl

Uw adviseur en leverancier voor gehoorbescherming op maat



Marieke Kersten is
gediplomeerd Coach
Practitioner en Excellent
Coach met de methodiek
Paard als Spiegel

In haar werk geniet zij van
het succesvol begeleiden
van cliënten die kampen
met klachten als:

- Innerlijke onrust
- Onzekerheid en twijfels
- Faalangst en laag
zelfbeeld
- Spanning/stress

Of mensen die zich
verder willen ontwikkelen
en het beste uit zichzelf
willen halen!

Vind je balans

Wil jij ook weer graag in balans komen of nieuwe stappen zetten?

Kom naar mijn nieuwe praktijklocatie: Erf de Schutkooi in
Vortum-Mullem. Met behulp van de natuur of het paard kan
ik jou begeleiden om jouw doel te bereiken.

Jij kiest de coachvorm:

- coaching in mijn
praktijkruimte (met
uitzicht op het
Maasheggegebied)
- wandelend coachen
- coaching met paard
(als spiegel)

Heb jij een ziektewet-
of AG-uitkering van
het UWV?

Informeer dan naar
de mogelijkheden van
een werkfittraject bij
mij (via StartKracht).



Marieke
Kersten
Lifecoaching
nu op NIEUWE
LOCATIE

Marieke Kersten Lifecoaching

Erf de Schutkooi | Veerweg 3, Vortum-Mullem
+31 6 115 648 23 | www.mariekersten.nl



7 April is Wereldgezondheidsdag. De bedoeling van deze dag is om **ziekten** die anders in de taboesfeer zouden blijven hangen, **bespreekbaar** te maken.

Leg je mobiel even weg en lees op 12 april één van onze bruisende magazines, het is dan namelijk Nationale **Offlinedag**.

Niet vergeten: de 3e donderdag in april is het weer **Secretaressedag**. Zet jij jouw rots in de branding ook in het zonnetje?

Eerste paasdag valt dit jaar op 21 april. Voor wie ga jij alle **paaseitjes** verstoppen?

22 april is een belangrijke dag. **International Earth Day** heeft als doelstelling mensen te laten nadenken over hun consumentengedrag en de invloed hiervan op de aarde.

Wereldboekendag op 23 april is ingesteld door UNESCO om het lezen, en het plezier in lezen, te promoten.

Op 27 april viert Koning Willem-Alexander zijn verjaardag in Amersfoort. Hoe ga jij deze **Koningsdag** vieren?

Dankers

dé leerspecialzaak van Nederland

Bent u op zoek naar een mooi lederen item, dan bent u bij ons aan het juiste adres. Wij zijn al ruim 42 jaar gespecialiseerd op het gebied van lederen kleding en accessoires.

Alles van een jas, tas, broek of rok, wij hebben het. Ruim 4.000 artikelen op voorraad. Tevens wordt alles kosteloos vermaakt in ons eigen atelier. U bent van harte welkom aan de Hurksestraat 21 in Helmond. Kom vrijblijvend een kijkje nemen onder het genot van een kop koffie. Wij zijn zeven dagen per week geopend.



0492-522923

www.dankersleder.nl

Kundalini yoga is niet voor iedereen!

Pffff... ik heb het gezegd! Dit zei mijn leraar onlangs tegen mij en het kwam snoeihard binnen! Ik vind het echt pijnlijk, want ik wil het graag voor iedereen mogelijk maken! En tegelijkertijd opent er zich ook iets voor me: heb ik nu eindelijk mijn doelgroep ontdekt?

Kundalini yoga heeft elementen waarvoor mensen soms een aantal drempels over moeten. Neem nou die tulband. Voor mij was dat een dingetje in het begin waardoor ik afhaakte. Ik dacht: het is iets religieus, dus niet voor mij. Totdat ik een les uitprobeerde. Na dertig jaren Hatha yoga wist ik niet wat me overkwam.

In één les werk je aan alle aspecten van jezelf! Ik begreep nu wel waarom Kundalini yoga ook wel 'De Moeder van alle yoga' genoemd wordt, omdat de beleving zo compleet was! En de tulband die weliswaar uit de traditie van de Sikhs komt, draag ik tijdens het lesgeven omdat het me helpt de aandacht binnenin te houden en het me meer focus geeft. En het maakt ook tegelijkertijd duidelijk: dit is Kundalini yoga en dit is waar ik voor sta.

Daarnaast maken we in Kundalini yoga veel gebruik van onze stem om te reciteren of mantra's te chanten in een taal die we niet herkennen, het Gurmukhi, heel onwennig en vreemd dus. Hier moet je wel even voor uit je comfortzone komen en veel mensen vinden het gemakkelijker om te luisteren naar anderen dan naar hun eigen (innerlijke) stem. Deze technieken maken je intuïtiever en sterker waardoor je gemakkelijker uit je slachtofferrol stapt, je verantwoordelijkheid terugneemt en je minder machteloos voelt.

Ga jij door waar anderen stoppen, of neem jij die drempels?
Mail dan voor een GRATIS proefles naar:
info@kundaliniyogalinda.nl o.v.v. Bruist

Sat Nam
Ram Nishan Kaur (Linda)



Ik houd me al meer dan dertig jaar bezig met yoga, maar toen zo'n vijf jaar geleden Kundalini yoga in mijn leven kwam, voelde ik pas echt dat ik mijn pad gevonden had. We hebben tegenwoordig ongelimiteerd toegang tot kennis, maar vergeten dat we al een oneindige bron van wijsheid binnen in ons hebben. Want als je om je heen kijkt, lijken we niet gelukkiger, gezonder en tevreden. Voor jezelf leren zorgen is voor ons allemaal een lifetime job, van daaruit kun je steeds ruimhartiger geven. Kundalini yoga heeft hier krachtige en mooie technieken voor.



Kundalini Yoga Linda
Linda en Jan Hidde Landstra
06-19300945
www.kundaliniyogalinda.nl





GA JIJ DE NIJMEEGSE VIERDAAGSE LOPEN?

Dan krijgen je voeten het flink te verduren;
zij leveren tijdens deze uitdaging immers een topprestatie!

Blessures en ongemakken komen dan - helaas - ook regelmatig voor.

Laat in de periode voorafgaand aan de vierdaagse jouw voetproblemen oplossen.

Samen kunnen we werken aan een voor jou functionele oplossing/behandeling,
zodat jij onbezorgd aan jouw uitdaging kunt beginnen!

Informeer vrijblijvend naar het vierdaagse-arrangement.

U bent van harte welkom!

BarreVoets

MEDISCH PEDICURE PRAKTIJK

0485-844470 | www.barrevoetsmppcuijk.nl



Herontdek je eigen schoonheid

Voel je je minder mooi de laatste tijd? Word je ongelukkig van elke nieuwe rimpel, extra kilo of is je lichaam veranderd door bijvoorbeeld een operatie? Hier kun je heel onzeker en verdrietig van worden. Het goede nieuws is dat je dit kunt veranderen.

Natuurlijk, we veranderen als we ouder worden. Maar vaak zijn het de vervelende ervaringen die zorgen dat we ons minder mooi voelen. En voel je je minder mooi, dan is dat exact wat we bevestigd zullen zien in ons dagelijks leven.

De oorzaak hiervan is vaak groter dan alleen het niet meer voldoen aan het schoonheidsideaal. De oorzaak kan al in je jeugd liggen of zelfs een litteken zijn van een trauma uit een vorig leven. Samen met jou ga ik kijken naar wat jij nodig hebt om dit te helen. Een energiereading en healing bijvoorbeeld zouden hierbij ondersteuning kunnen geven.

Zou het niet heerlijk zijn om je lekker te voelen in je eigen lijf? Om gewoon jezelf te kunnen zijn zonder steeds kritisch te zijn op jezelf?

Herken jij dit, voel je je ongelukkig met je uiterlijk en wil je hier graag vanaf? Neem dan eens vrijblijvend contact met me op.

Marieke



Mijn naam is Marieke van Deursen en ik heet je welkom bij mijn praktijk Angels&Magic. Ik ben al langere tijd bezig met spirituele hulpverlening in de vorm van onder meer energiereadings en healings.

In mijn praktijk begeleid ik mensen met de hulp van de Engelen door kaartleggingen, fotolezingen, energie readings en healingen.



● ● ●

Perfect Brows Permanente make-up

Bent u het ook zat om uw wenkbrauwen te tekenen?

Wilt u 's morgens wakker worden met mooie wenkbrauwen, mooie wenkbrauwen tijdens het sporten of zelfs op vakantie?

Dit is mogelijk bij Perfect Skin by Laura.

Wilt u een natuurlijke opvulling door middel van Microblading (fijne haartjes techniek) of een goede schaduw opvulling? Beide opties zijn mogelijk!



Behandelingen bij Perfect Skin by Laura

- Diverse beautybehandelingen
- Huidverbeterende behandelingen: *needling, anti-aging, acnebehandelingen en microdermabrasie.*

En nu ook gestart met cryolipolyse, oftewel het bevroren van vet.

Kijk voor meer informatie op de website of bel 06-132 451 50

PerfectSkin
by Laura



Laura Hendriks | Pastoor van Delftlaan 3, Sint Anthonis
06-13245150 | www.perfectskinbylaura.nl



Maak zelf je zomeroutfit, kom op naailes!

Workshops

- *haken*
- *breien*
- *macramé*
- *viltten*

Interesse in
een workshop?
Vraag naar de
mogelijkheden

Cursussen kleding maken

Ieder eerste
maandagavond
van de maand
haak- en breiatelier.



Haken en Zo Workshops

Arnoud van Gelderweg 99 (1e verdieping) Grave
06-18489646 | www.hakenenzoworkshops.nl

DAGJE UIT

Europa's grootste speeltuin
Linnaeushof

*Like
& Win*



Linnaeushof mag zich met recht Europa's grootste speeltuin noemen. Er zijn meer dan driehonderdvijftig speeltoestellen en attracties zoals kabelbanen, trampoline- en luchtkussencentrum, waterfietsen, karts, funny-wheels, minigolfbanen, een super glijbaan en nog veel meer. De speeltoestellen en attracties bieden kinderen de mogelijkheid om actief te spelen, waarbij het gebruik van de eigen energie en de eigen fantasie voorop staan.

Bruist geeft deze maand kaarten weg voor een dagje Linnaeushof. Kijk op de shoppingpagina in dit magazine hoe jij kans maakt.

**Geopend vanaf 27 maart 2019
Meer info op www.linnaeushof.nl**

FILMPJE KIJKEN BAANTJER HET BEGIN

Een jonge Jurre de Cock (Waldemar Torenstra) is in het begin van de roerige jaren 80 nét rechercheur bij de Amsterdamse politie in het rauwe politiestation aan de Warmoesstraat. Samen met zijn nieuwe partner Montijn (Tygo Gernandt) stuit De Cock op een moordzaak die leidt naar een mogelijke aanslag tijdens de kroning van prinses Beatrix. Ze moeten alles op alles zetten om een drama op de kroningsdag te voorkomen.

**BAANTJER HET BEGIN draait vanaf
18 april in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN WIL SCHILDERS



DE SUDOKU... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' een aanrader. Wil Schilders: "Ik heb er al zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku's werken. Kennis die ik graag wil delen." Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. "Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku's oplossen."

LOS ELKE SUDOKU OP van
WIL SCHILDERS is voor € 19,95 te koop
via www.loselkesudokuop.nl



**J&B EXCLUSIEVE
TUINMEUBELN**

EEN 'BUITENGEWOON' LEVEN IN DE TUIN

VOOR DE MEEST
UITGEBREIDE KEUZE
AAN BUITENMEUBELEN
KOMT U NAAR J&B
IN BREDA

DIPHANO
FLEX
FUERADENTRO
GLATZ
GLOSTER
HEATSAIL
HEATSCOPE

JARDINICO
MANUTTI
MARZINI
MORSO
NET-ECHT
OASIQ
ROYAL BOTANIA

SOLPURI
TODUS
TRADITIONAL TEAK
UMBROSA
UNKNOWN FURNITURE
VARASCHIN | BABYLON
VINCENT SHEPPARD



BRUIST

Land van Cuijk Bruist ligt iedere maand op minimaal 200 locaties. Het magazine wordt ook wisselend in verschillende wijken huis-aan-huis verspreid. Natuurlijk kun je het magazine ophalen bij een van onze adverteerders of online lezen op www.landvancuijkbriist.nl. Op onderstaande distributieadressen is het magazine elke maand in grotere aantallen af te halen.

RIJKEVOORT

Dekkers Fransen keuken- en interieur
Arts Keukens

GRAVE

Juweliersbedrijf De Gouden Luifel
De Gouden Leeuw
Ellen Hermens

CUIJK

Hap & Sap
Strik
Artizte Kappers
Readshop Cuijk
Beauty & Wellnesicare Luna
Peters Verf & Behang
An3nA Quiltkamer & machinaal borduren
Via Cannella (cadeauwinkel)

SINT HUBERT

Bestoj Trim & Shop

MAASHEES

Marieke Kersten Life Coaching

HEUMEN

Pret Inn Jump

MILL

Onder de Kersenboom
Edo verlichting
Berends Bloemsierkunst
De Ram Mill B.V.
Fitland Mill

BOXMEER

Kees Arts mannenmode
Limburgia Boxmeer
De Betovering VOF
Centrum Mondzorg Boxmeer
Spatial Thinking Consulting
Voetzorg Ilse
Hotel Klooster Elsendael
Intermedica
Stichting Biblio Plus

VENRAY

Tasse Truus
De maaltijd service

GROESBEEK

IJssalon Passione Groesbeek

ESCHAREN

Arts Training en Advies



OOK OP JOUW LOCATIE?

Heb je een locatie met een balie, wachtruimte of leestafel, neem dan contact met ons op via: nl@nederlandbruist.nl. Dan kan het gratis magazine Land van Cuijk Bruist ook via jouw locatie worden verspreid.

Ga naar www.landvancuijkbriist.nl, meld je aan voor **onze nieuwsbrief** en lees het magazine online.



**“Al ons vlees
rijpen wij zelf
voor een unieke
smaakbeleving”**



**Reserveer
gemakkelijk
op onze
website!**

WAT BETEKENT UW LAGE RUGPIJN?

Of u nu wilt zitten, liggen, lopen en lang moet staan, lage rugpijn belemmert u in elke activiteit. Spierspanning en wervelblokkades zorgen voor deze pijn maar *wat vertelt deze rugpijn u eigenlijk?*

Lage rugpijn is een van de meeste voorkomende klachten. Als u hier niets aan doet kunnen de gevolgen op latere leeftijd heel groot zijn. De pijn in uw rug ontstaat niet zomaar. Het kan wel heel veel uiteenlopende oorzaken hebben. Het vertelt uw in ieder geval dat er iets mis is en er iets aan gedaan moet worden. Maar wat?

Onze specialisten helpen u graag met het beantwoorden van die vraag. In veel gevallen zijn oefeningen al geprobeerd, zonder resultaat.

Onze **fysiotherapeuten en chiropractoren** doen een uitgebreid lichamelijk onderzoek en analyseren uw gewoontes. Op basis daarvan volgt een advies of behandelplan voor een blijvend resultaat.

Benieuwd? Maak een afspraak voor een gratis screening door te bellen naar 024-358 5905.

LAGE RUGPIJN?



GRATIS SCREENING

RESULTCare

9,1

Zorgkaart Middel Land

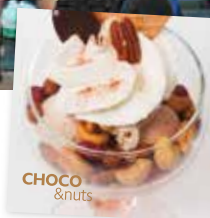
- ✓ WIJ HEBBEN AFSPRAKEN MET ALLE ZORGVERZEKERAARS!
- ✓ GRATIS MEDISCHE FITNESS TIJDENS HET BEHANDELTRAJECT

• FYSIOTHERAPIE • CHIROPRACTIE • SPORT

Middelweg 10b • Molenhoek • 024 3585 905 • info@resultcare.nl

WWW.RESULTCARE.NL

Het lekkerste ijs van Overloon en omstreken



• lindorje Een heerlijk chocolade ijs, versierd met Lindor chocolade bonbons en slagroom	€ 3,50
• chocolade Een heerlijk chocolade ijs met slagroom en chocolade bonbons	€ 3,50
• nachtwachter Een heerlijk chocolade ijs met slagroom en vanillegeur bonbons	€ 3,50
• rozeboudier Een heerlijk roze ijs met slagroom en roze bonbons	€ 3,50
• after eight Een heerlijk ijs met slagroom, bitterballen, bitterballen en slagroom	€ 3,50
• choco fantasia Een heerlijk chocolade ijs met slagroom en chocolade bonbons	€ 3,50
• lindorje Een heerlijk chocolade ijs met slagroom en Lindor chocolade bonbons	€ 3,50
• punaise Een heerlijk ijs met slagroom en vanillegeur bonbons met slagroom	€ 3,50
• gourmet choco fruit Een heerlijk chocolade ijs met slagroom en chocolade bonbons met slagroom	€ 3,50

Een nieuw ijsseizoen.

Met een nieuwe kaart. **Laat je verrassen en geniet!**



CLEVERS

Venrayseweg 5, Overloon
0478 64 17 33 | www.clevers.nl

Bestoj Trim & Shop

Is je hond, konijn of cavia toe aan een trimbeurt? Dan ben je bij Bestoj Trim & Shop aan het juiste adres. Met veel liefde en geduld trimt eigenaresse Natasja alle dieren die bij haar in de salon komen.

U kunt bij ons terecht voor:

- Trimbehandelingen
- Knippen
- Effileren
- Scheren
- Plukken en strippen
- Ruibehandeling met Bad & Blaasmethode
- Uitdunnen
- Kleine beurt
- Puppy wen uurtje



Bestoj Trim & Shop
Ganzenroer 1, Sint Hubert
06-81053919 | info@bestoj.nl
www.bestoj.nl

Wie en wat is Veer's feestje?

Veer is paardengek en dol op kinderen! Wat is er nu mooier dan die twee dingen te combineren?

Bij Veer kun je terecht voor al je feestjes. High tea met je vriendinnen, schat zoeken en nog veel meer!

Kies het thema wat bij jou past.

Midden in de natuur tussen de paarden op avontuur!

Bel Veer voor meer info.

Like ook mijn pagina op Facebook voor snelle ditjes, datjes en weetjes!



Putter 14, Boxmeer | www.veersfeestje.nl
whatsapp: 0627144906

Uw voeten in de juiste handen

- Basis voetzorg
- Diabetische en reumatische voetzorg
- Oncologische voetzorgverlener
- Medische specialisaties zoals nagelbeugel plaatsen, drukvrij leggen, orthese maken en nagelreparaties.

**Voetzorg
Ilse**

member profession



Jacob Marisstraat 16, Boxmeer | 0485 21 17 30 of
06 30 867 307 | info@voetzorgilse.nl | www.voetzorgilse.nl



Vrijwilliger bij de bieb...

...iets voor jou?

De Bibliotheek kan niet zonder haar vrijwilligers. Enthousiaste mensen die niets liever doen dan anderen op weg helpen. De Bibliotheek zoekt nog mensen die hun vrije tijd nuttig willen besteden.

Wij zijn op zoek naar:

Bibliotheekvrijwilligers | Activiteitsvrijwilligers | Taalvrijwilligers
voor het Taalhuis | Voorleesvrijwilligers | TechLab-vrijwilligers

Meld je aan via: www.biblioplus.nl/vrijwilligers



de Bibliotheek
BiblioPlus

Bergen | Boxmeer | Cuijk | Gassel | Gennep | Grave | Haps | Mill | Sint Anthonis

Problemen met je hond?

Gedraagt je hond zich soms niet helemaal zoals je het liefste zou willen en weet je niet hoe dit op te lossen? Ik help je verder!

Een paar voorbeelden:

- een pup die veel bijt
- je hond trekt aan de lijn
- je hond valt uit naar andere honden
- je hond misdraagt zich als er bezoek komt
- je hond springt op de bank / eet van tafel

Ik kom bij je thuis en we bespreken het gedrag van je hond en hoe je daar tot nu toe op gereageerd hebt. Ik geef je suggesties en uitleg over de mogelijke oplossingen. En we gaan daarna oefenen!

Zijn er problemen als je met de hond buiten bent? Dan gaan we samen wandelen en help ik je met tips en passende oefeningen hoe je prettiger met de hond kunt wandelen.

Bel mij gerust voor informatie of voor het maken van een afspraak.

Brigitte Versterre



BV-DOGTRAINING

Hendriksweg 12, Langenboom | 06-29128303
info@bv-dogtraining.com | www.bv-dogtraining.com



Markt 9 Gennep
www.ijssalonniceday.nl



Gezond (w)eeetje

Leef jij vanuit je W.O.R.T.E.L.S?

Warmte, Ontspanning, Ruimte, Tasten, Trilling, Emotie, Levenskracht, Spiritualiteit

Gezonde, verse en onbewerkte voeding is belangrijk voor je gezondheid, ook op de langere termijn. Elke dag een reactie tussen wat je vandaag eet en hoe je je morgen voelt. Goede, juiste voedingsstoffen geven je energie, meer ontspanning en zo blijf je op gewicht.

Zet de stap en kom langs voor een Bio-energetische Health Check!



Erna van Dommelen

Stepekolk-Oost 25, Helmond
0492 55 24 98 / 06 51 94 39 49
e.dommelen86@chello.nl
www.ernavandommelen.nl

Cuijk verrassend - april 2019

7 april

JAmZZ Collective ft.
Miguel Boelens
Café Kansas
16.00 uur



7 april

Orgelconcert:
Couperin & Bach.
Martinuskerk
16.00 uur

10 april

Danny Vera - Pressure
makes Diamonds
Schouburg
20.15 uur

13 april

Introdans &
Spinvis (8+)
Schouburg
19.30 uur

14 april

Mode zondag
Cuijk centrum
12.00 uur

15 april

Creër je eigen
woonstijl workshop
inschrijven
Via Cannella Cuijk
19.00 uur

21 april

Dutch Open Salsa
2019 Mega Party
Laco Sportcentrum
22.30 uur

29 april

Meivakantie:
5-daagse zeilcursus
Kraaijenbergse Plassen
Bij Ceulemans
10.00 uur

10 mei

Woodstock the Story -
50th Anniversary Tour
Schouburg
20.15 uur



19 mei

FoodTour Cuijk
Cuijk centrum
12.00 uur

Uitgelicht

20 april

Machine de Cirque
Schouburg
20.15 uur



Cuijk en omstreken

Cuijk is een bruisend stadje waar veel georganiseerd wordt. Rondom Cuijk liggen plassegebieden die werken als een magneet op de watertoeristen.

Tot ziens in Cuijk!



Cuijk verrassend

SINT ANTHONIS

Zaterdag 6 april SINT TUNNIS ROCKS 2019

Oude tijden herleven in Sinttunnis! Op zaterdag 6 april laten drie moddervette rockbands MFC Oelbroeck rocken tijdens de derde editie van 'Sint Tunnis Rocks'. Een festival met goede rockmuziek, maar vooral om gezellig te buurten. Een lekkere rock avond moet je afsluiten met een enorme bak energie. En dat kun je aan de mannen van The Nirvanas wel toevertrouwen; gedreven, gepassioneerd en ongekend muzikaal. Maar bovenal maken drum: Rob van Dijk, zang: Arjen Koekoek, gitaar: Jasper de Haan, en bas: Harry Berman er echt altijd een feestje van. In het Sint Tunnis Rocks weekend van dit jaar is het precies 25 jaar geleden dat Kurt Cobain zijn laatste adem uitblies. Wat is er mooier dan deze rocklegende te herdenken op Sint Tunnisse bodem, met een lekker biertje en goed gezelschap.



Aanvang: 22.00 uur
Plaats: MFC Oelbroeck, Breestraat 1-D, Sint Anthonis

SINT ANTHONIS

Zondag 7 april EXCURSIE IN HET SINT ANTHONISBOS



Dit bos is tijdens de crisisjaren in de vorige eeuw aangelegd. Het doel van dit omvangrijke werk was drieledig: er was behoefte aan mijnhout, werk voor de vele werklozen en door de aanplant van het bos werd erg arme zandgrond beplant die bovendien veel problemen had met zandverstuivingen. Toen de mijnen gesloten werden, verdween ook de vraag naar stuthout en werd het bos langzaam maar zeker omgevormd van productiebos naar recreatie/natuurbos. Deze veranderingen zijn heden ten dagen goed zichtbaar en daar zullen we tijdens de excursie aandacht aan besteden. Ook zullen we de sporen van de lente belichten. De excursie start om 10.00 uur en zal ongeveer 2 uur duren. We beginnen om 9.30 uur met een kopje koffie en wat lekkers, na afloop krijgen we een lekkere kop soep geserveerd. De excursie kost € 6,50.

Aanvang: 10.00 uur
Plaats: Restaurant De Heksenboom, Bosweg 40, Sint Anthonis
www.ivn.nl

MILL

Vrijdag 12 april EMMA WIL LEVEN BIJ MYLLESWEERD

Emma is slim, sportief, grappig. en weegt 40 kilo. Emma wil leven. Maar volgens haar ouders en artsen is ze ernstig ziek. En hoewel ze probeert te luisteren naar hun adviezen, is er iets dat haar steeds anders laat handelen. Iets dat sterker is: de stem van anorexia. In haar hoofd is een strijd gaande op leven en dood. Actrice Lisse Knaapen stapt in de rol en het hoofd van Emma en vertolkt zo Emma's twijfels, angsten en geestige observaties. Gebaseerd op de gelijknamige en indrukwekkende documentaire van Jessica Villerius en op gesprekken met betrokkenen en (ervarings)deskundigen is 'Emma wil leven' een even intens als intiem portret, geschetst door de makers van 'LEEF!', 'PAAZ' en 'Ma'



Aanvang: 19.15 uur
Plaats: Myllesweerd, Kerkstraat 3, Mill
www.myllesweerd.nl

Zaterdag 13 april

LINDEFESTEN: PROOST!

Voor de 39ste keer worden rond pasen de Lindefeesten georganiseerd. Ook dit jaar is de Stichting Lindefeesten erin geslaagd om een breed scala aan topartiesten naar Sambeek te halen. Door vernieuwend te blijven zijn de Lindefeesten een feest waar het hele dorp en de hele regio van kan genieten.

Proost! is een jonge, energieke, 6-koppige band die niet alleen muzikaal, maar ook op het podium voor 100% FEEST garant staat. Vol passie staat Proost! elk optreden weer klaar om de tent eens flink op zijn kop te zetten. De nieuwste Top 40-hits, bekende Classics, Pop, Rock, Dance en Nederlandstalige nummers worden in een perfecte mix geserveerd.



Aanvang: 21.00 uur

Plaats: Den Urling 23, Sambeek

www.lindefeesten.nl

Zondag 21 en maandag 22 april

TENTOONSTELLING 100 JAAR ONDERWIJS

De heemkunde verzamelt foto's, bidprentjes en rouwbrieven, maar ook trouwkaarten, feestgidsen, geboortekaartjes, communieprentjes, krantenknipsels, oude trouwboekjes en bouwtekeningen van huizen en gebouwen, alles m.b.t. Oploo en haar (oud-)inwoners. Verder worden publicaties over Oploose verenigingen verzameld, alsmede bestuursarchieven van (oud-)verenigingen. De heemkunde beschikt reeds over een groot aantal voorwerpen zoals oude kleding en gereedschappen, maar ook

schilderijen, kerkboeken, kruisbeelden. Heemkunde De Heerlyckheit Plo heeft het thema 100 jaar Onderwijs in Oploo gekozen om haar 20 jarig bestaan te vieren met een grote tentoonstelling



Aanvang: 11.00 uur

Plaats: De Oude Heerlyckheit Oploo
Grotestraat 1, Oploo

www.heemkundeoploo.nl

EVENTEN LAND VAN GUIJK

gitaarschooldegitarist.nl



Kom proberen!

Gitaarles voor alle leeftijden, beginners en gevorderden. Wil je pop, klassiek, Spaans of Zuid-Amerikaans leren spelen?

Bel voor 4 gratis verkenningslessen
inclusief gitaar 06 42148752

DE COOLSTE JUMPHAL

van Gelderland

Wij verzorgen nu ook jumplessen voor de jeugd in onze regio. In kleine groepen leren sportdocenten de jongeren de coolste trucs en krijgen ze daarin een goede begeleiding. Voor diegenen die een uurtje wil komen zweeten, hebben we ook sportlessen. In de vorm van een bootcamp gaan we ons even flink in het zweet werken. Er wordt gewerkt aan conditie, maar ook aan kracht.

NIEUW bij Pret Inn Jump

JUMPPROtraining en JUMPFITtraining, jumplessen voor de jeugd in onze regio. Meer informatie? Bel naar 024 - 333 3795



**Ook leuk voor bedrijfsuitjes,
teamuitjes en kinderfeestjes!**
Ga voor meer info naar onze website.



**PRET INN
JUMP**

Openingstijden:

di. t/m do. 13.30 - 19.00 uur
vrijdag 13.30 - 20.00 uur
zaterdag 10.30 - 20.00 uur
zondag 10.30 - 18.00 uur

In de vakanties en op feestdagen zijn we ook op maandag geopend.