



**IEDERE
DONDERDAG
20:30-22:00
TRIMHOCKEY
IN LEERDAM
KOM KIJKEN
óf MEEDOEN**

**KOM GEWOON EENS EEN
KEERTJE KIJKEN OF MEEDOEN!
We spelen iedere donderdag
van 20.30 – 22.00 uur
(we hebben oefensticks!)**

1 TRIMHOCKEY GEEFT JE CONDITIE EEN SUPERBOOST

Heb je vroeger wel gesport, maar doe je nu al een tijdje niets meer? Voel je je conditie gillend achteruit gaan? Zit de bank 's avonds zo fijn maar, zou je er eigenlijk best vanaf willen en lekker willen sporten? Dan is trimhockey de perfecte activiteit voor jou (én je conditie!) Zelfs zonder hockey-ervaring ben je er helemaal op je plek.

2 GEEN COMPETITIE VERPLICHTING

Het mooie van trimhockey is dat er geen competitieverplichting is. De toch al zo drukke weekenden blijven dus gewoon helemaal van jou! Wat we wél doen is – geheel vrijblijvend natuurlijk – op doordeweekse avonden af en toe een wedstrijdje spelen tegen trimhockeyteams uit de regio. Dan is het – net als op onze vaste trimavond – gezelligheid troef, zowel tijdens als na de wedstrijd.

3 TRIMHOCKEY IS GEMENGD

Bij trimhockey spelen dames en heren (vanaf ongeveer 30 jaar) samen in één team. Dat kan prima omdat de heren zich aanpassen aan de vrouwelijke teamgenoten. Er wordt dus rustig en beheerst gespeeld! Dit geldt ook voor de vriendschappelijke wedstrijden, waarbij er overigens altijd vier dames in het veld moeten staan.

4 PROBEER HET NU: SPEEL GEHEEL VRIJBLIJVEND 3X MEE

Natuurlijk snappen we dat je eerst sfeer wilt komen proeven voordat je lid wordt. Daarom mag je 3x komen trainen om te kijken of trimhockey is wat je ervan verwacht had. We trainen iedere donderdagavond van 20.30 tot 22.00. Kom gerust eens kijken of meedoen (er zijn altijd extra sticks aanwezig) of laat ons weten dat je komt op trimhockey@hcleerdam.nl.