



4.7.1 Goedveldsports

Goedveldsports is een allround fitness- en trainingscentrum. Tennisbanen, Power-Platetrainingsfaciliteiten, diverse lichaamsverzorgingsafdelingen en een sportcafé met mogelijkheden tot een warme hap completeren het sportieve onderkomen van Goedveldsports aan de Terborchlaan in Alkmaar. Goedveldsports biedt u de moderne mogelijkheden om lichaam en geest te stimuleren en te trainen naar de normen van morgen. Het fitness- en trainingscentrum is uitstekend geoutilleerd. Alle trainingsruimten ken-

nen een prettig klimaat om het lichaam in topconditie te brengen. Een trainingssessie op de allernieuwste apparaten smaakt bovendien naar meer. En dat kan. Ruimschoots. Ruim honderdvijftig apparaten staan garant voor een optimale training van alle spiergroepen. Van beginners en van gevorderden. Instructeurs zijn voortdurend paraat om trainingsschema's aan te passen. Alles met het doel de sporter zijn of haar plezier te geven en de – door hem of haar zelf geformuleerde – fysieke doelstelling te behalen.

heid. Vier tennisbanen stellen jongeren en ouderen in staat om op een sportieve manier een bal te slaan. In competitieverband of gewoon – via baanhuur – met een eigen clubje. Er is de kapsalon, de massagesalon, 'healing hands', en er is de kinderopvang. Na het sporten is het ontspannend vertoeven in het sportcafé. Goedveldsports is bij uitstek ook de ambiance voor een bedrijfsfeest of een tennistoernooi. Kortom, Goedveldsports is een allround fitness- en trainingscentrum. Voor jong en oud, voor man en vrouw!



Ontspanning door inspanning

Daarnaast biedt Goedveldsports ook aan groepen mogelijkheden om te trainen. Zo is er een geavanceerde spinningruimte. Het met elkaar fietsen op hometrainers, met bijpassende stimulerende muziek en onder begeleiding van deskundige instructeurs doet de adrenaline door het heerlijk bezwete lijf stromen. Minder zwaar maar even zo effectief is de deskundige oefening op de Power Plate. Dit is een trilplaat die per keer slechts tien minuten trainen vraagt voor het beste resultaat. Een aangename kuur op de zonnebank compleeteert de fysieke gesteld-

