



LEEUWENDEEL



Wijkkrant van Wijkvereniging Leeuwardaal | Uitgave: Herfst 2015



Leeuwardaallun • Facelift entree Oranjelaan • Niet oud in de wijk
Code rood maakt groene slachtoffers Jeugdredactie
Nieuws uit de Compagnie • De Worflow van Hugo de Wolf
Praktijk van de dierenarts • Nederlandse les • Muziek in de wijk

In dit nummer:

Beste Leeuwendalers	pagina 3
Uit de redactie	pagina 3
Agenda / Contactpersonen in de wijk	pagina 5
Leeuwendaal run	pagina 7
De jeugd van Henny Teunis	pagina 9
Niet oud in de wijk	pagina 11
Facelift entree Oranjelaan	pagina 13
Groen in de wijk	pagina 14
Code rood maakt groene slachtoffers	pagina 15
Jeugdredactie	pagina 18
Nieuws uit de Compagnie	pagina 20
De Worflow van Hugo de Wolf	pagina 21
Straatspeeldag	pagina 23
Praktijk van de dierenarts	pagina 24
Nederlandse les	pagina 25
Muziek in de wijk	pagina 27
Leeuwendaal: een oase van rust	pagina 29
Lemonade	pagina 31

Colofon

Leeuwendeel is het communicatiemiddel van de wijkvereniging Leeuwendaal

Bestuur Wijkvereniging Leeuwendaal:

Erik Wissena, voorzitter, (070) 399 44 18
Steven van der Werff, penningmeester, (070) 363 13 59
Marissa Koopmans, algemeen lid/communicatie,
06 18 85 39 25
Toon Buddingh, algemeen lid, tel. 06 51 33 26 38
Wilgert Opraus, secretaris, tel. 06 10 97 16 34

Contactgegevens:

Internet: www.wijkvereniging-leeuwendaal.nl
E-mail: info@wijkvereniging-leeuwendaal.nl

Penningmeester:

Steven van der Werff
Hoornbruglaan 52
2281 AX Rijswijk
E-mail: penningmeester@wijkvereniging-leeuwendaal.nl

Redactie Wijkkrant:

Redactie: Petra van Heuzen, Barbara Schilperoort,
Erika Priebee
Cartoonisten: Wim van Urk, Ron Leegstra
Eindredactie: Ellen Twickler
Jeugdredactie: Redmar Leeuwendaal, Maude Guinée,
Hidde v.d. Rijke
Redactieadres: Regentesselaan 65
E-mail: wijkkrantleeuwendaal@gmail.com

Vormgeving, realisatie en drukwerk:

Phytalis
Geestbrugkade 35, 2281 CX Rijswijk
(070) 320 61 57
Internet: www.phytalis.nl
E-mail: info@phytalis.nl

Versijning, Oplage & Verspreiding:

Frequentie: 4 keer per jaar
Oplage: 1.200 stuks
Verspreiding: alle adressen in wijk Leeuwendaal
(Rijswijk ZH) en direct betrokkenen

Facebook: www.facebook.com/wijkverenigingleeuwendaal
Twitter: @leeuwendaal

Beste wijkgenoten,

Dit blad verschijnt een tijdje nadat de kopij is aangeleverd. Zo kan het dat ik dit voorwoord schrijf, zittend voor de tent in de Franse Alpen waar we een fijne vakantie vieren. Ik hoop dat ook u hebt genoten van de zomer, ver weg, dichterbij en ook in onze wijk.

Terwijl wij nog even nazomeren, wordt er rondom onze wijk al maanden hard gebouwd. Vooral in de laatste maanden van het jaar zal ons dat wel wat overlast geven, maar het resultaat lijkt zeer de moeite waard. Begrijpelijk dat sommigen soms ongeduldig uit het drukke verkeer komen, maar dat mag nooit een excuus zijn om veel te hard door de wijk te rijden. Dat gebeurt de laatste tijd helaas veel te veel.

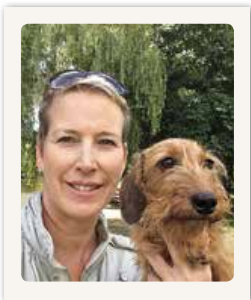


In het najaar kunt u weer leuke activiteiten in de wijk verwachten, zie daarvoor de agenda. Wij houden u op de hoogte via het Leeuwendeel, website, nieuwsbrief, LinkedIn, Twitter, Facebook en de bomen. Dat moet toereikend zijn voor veel nieuwe ontmoetingen in de wijk. Tot ziens!

Erik Wissema - Voorzitter Wijkvereniging Leeuwendaal

Uit de redactie

Toen ik op het punt stond te vertrekken naar mijn broer in Zwitserland, kreeg ik een mooie opdracht die ik niet kon laten lopen. En omdat je als zelfstandige niet al te kieskeurig kunt zijn, werk ik nu een aantal maanden in Groningen. Dat betekent dus wel veel reizen. Niet naar Zwitserland, maar terug naar de omgeving van mijn jeugd.



Een gevolg is dat ik alle weer-perikelen van de afgelopen zomer heb meegemaakt. Van snikhete dagen afgewisseld door kleisnatte. Enorme stormen en dagen waarop ik vreesde voor mijn moestuin, zo koud. En dat in maar een enkele zomer.

Het leverde evengoed mooie verhalen en plaatjes op. U vindt enkele terug in deze editie. Op de valreep kwam daar nog een herinnering van een oud-Leeuwendaalse bij. Mevrouw Teunis leeft niet meer, maar biedt ons postuum een mooi inkijsje in haar jeugd.

Ellen Twickler - Eindredacteur Leeuwendeel

Snel en makkelijk Frans leren?

Franse lessen op maat.

*Frans spreken, schrijven en lezen
met een française en ervaren lerares.*

Sophie Coulomb-Picquier
Oranjelaan 71
2281GB Rijswijk
070 39 932 66 / 06 51 271 798



www.groenspecialisten.nl

van Ree

EXCLUSIEF
GESELECTEERD.NL

ORDE
RECHT

Ontwerp,
inrichting en
onderhoud van
tuinen en
groenvoorzieningen

GROENSPECIALISTEN

www.groenspecialisten.nl

Voorburg/ Pijnacker • Telefoon: 015 - 361 09 78

The advertisement features a green border and a background image of a garden. It includes the company name 'van Ree' in a large, green, cursive font, and the text 'GROENSPECIALISTEN groenvoorzieningen'. There are also logos for 'EXCLUSIEF GESELECTEERD.NL' and 'ORDE RECHT'. The website 'www.groenspecialisten.nl' is prominently displayed at the bottom, along with the phone number '015 - 361 09 78' and the location 'Voorburg/ Pijnacker'.

- 26 oktober** Algemene Leden Vergadering nieuwe stijl van de Wijkvereniging in de Compagnie
- 25 november** High Tea voor senioren in de Compagnie; van 14.00 tot 16.00 uur
- 11 november** Sint Maarten



CONTACTPERSONEN IN DE WIJK

- Leeuwenkoor:** Yvonne Bendermacher, benddekk@hotmail.com
- Kunst ter plekke:** Paul Francissen, pfranciss@gmail.com
- Oranjecomité:** ocleeuwendaal@gmail.com
- Straatspeeldag:** buitenspeeldagleeuwendaal@gmail.com
- Leeuwendaal Duurzaam en Groen:** jannie.marck@xs4all.nl
- Veegrooster speeltuin Mauritslaan:** info@holstegeadvocatuur.nl
- BVG De Compagnie:** info@bvgdecompagnie.nl

Mist u nog iets? Laat het ons weten!



Eén naam voor de grote merken in elektronica en witgoed.



de Vries **elektro**

Emmastraat 10, Rijswijk t. 070 390 05 05

www.devrieselektro.nl   /deVriesElektro



Leeuwendaalrun editie 2015 vond plaats op de eerste zondag van juni. Het prachtige weer en het recordaantal van 88 deelnemers van binnen en buiten de wijk hebben er een sportieve middag van gemaakt.

Lopers konden kiezen uit drie afstanden: 5 km, 10 km of de kidsrun van 1 km. Dit jaar liep het parcours o.a. door het Elsenburgerbos. Zo was er een gevarieerde run door onze prachtige wijk én door het mooie groen in de omgeving. Voor de winnaars waren er lekkere taarten. De organisatie kon rekenen op de steun van ondernemers uit de buurt. De Vries Elektro en De Financiële Schakel waren hoofdsponsor. Slagerij de Jong, Lentz en De Hoog zorgden voor lekkere en gezonde hapjes tijdens de gezellige borrel na afloop.

Kanchana van Baalen, Angelique Zonneveld en Roos Pelle





**DOWNLOAD
NU DE GRATIS
WINKELCENTRUM
OUD RIJSWIJK APP**



**Altijd alle
aanbiedingen
op zak!**

LEUKE AANBIEDINGEN

ALLE EVENEMENTEN

LAATSTE NIEUWS

STANDAARD KORTING

Download de app

*Scan de code met
een QR code scanner
en download de app*



Een oplettende wijkgenoot gaf ons een brief die Henry Teunis schreef over haar jaren in Leeuwardal



Het Geheim van Leeuwardal

Ik zal zo'n jaar of 15 zijn geweest toen ik voor het eerst het Leeuwardaalse sfeertje proefde. Dat zat zo.

Met een iets oudere vriendin was ik op de fiets van Rotterdam naar Rijswijk gereden om een oom van haar te bezoeken, die met verlof uit Indië was. Hij had voor een half jaar met vrouw en kind een huis in het Leeuwardaalse betrokken.

Het Leeuwardaal van toen (+ 1925) met z'n prachtige lanen,

moorie huizen en tuinen (geen enkele auto voor de deur !) en

- niet te vergeten - de Indische echtgenote van oom in sarong en kabaja, maakte op mij een grote indruk. Bovendien meen ik mij te herinneren dat er toen ook verschillende huizen met een Indisch aandoende buitengallerij stonden, zodat ik Leeuwardaal altijd bleef associëren met Indië.

Maar de tijd schreed voort, alles veranderde en Rijswijk verdween voor mij op de achtergrond tot september 1944. Toen vond ik, tengevolge van een bombardement waarbij ik mijn man verloor, met mijn dochttertje een 'tijdelijk' onderdak in de Leeuwardaallaan. Daar woon ik dus nog.

Gedurende de daarop volgende hongerwinter namen, zoals begrijpelijk, alleen de materiële noden mij in beslag.

Na de bevrijding en naarmate de natuur zich herstelde, begon ik weer oog te krijgen voor de schoonheid van de Leeuwardaalse lanen, dit ondanks het feit dat vele bomen waren geveld in de hongerwinter om dienst te doen voor verwarming. Maar dat is een ander verhaal.

Huize Leeuwardaal stond er nog, in zijn vervallen toestand zeer geheimzinnig aandoend. Ik ging op zoek naar het huis waar ik eens op bezoek was geweest, maar kon het niet meer terugvinden. Ik geloof dat het in de Prins Hendriklaan was. Maar dat doet er ook niet toe.

Ik beleefde weer de sfeer, dat onzegbare iets, dat wat ?

Het is mijns inziens het fluidum van het Tempo Doeloe en de inspirerende geest van de vele artisten die hier hebben gewoond, zoals de Bouwmeesters, Roosje Köhler, Buziau, Hans Kaart, schilders als de Regt en Krienz, waarvan de lucht in Leeuwardaal bezwagerd is.

Dit fluidum is nog niet verdampt, dus nog steeds voelbaar en wellicht inspirerend voor sluimerende talenten onder ons.

Henry Teunis

inspiratie



wie waarde hecht aan het eigen gevoel, komt nooit uit op een standaardinterieur



greuter interiors

willemstraat 23 2282 cb rijswijk T 070-390 33 54 F 070-319 24 28
E info@greuterinterieurs.nl W www.greuterinterieurs.nl www.interlubke.nl

Oud in de wijk? Onzin! Zo gezond mogelijk oud worden heeft niets te maken met leeftijd, wel met leefwijze. Zolang je maar blijft bewegen, gezond eet, frisse lucht krijgt, hobby's hebt en geniet van het leven, ben je niet oud.

Niet met pensioen

Martha Bakels is niet alleen niet oud, maar ze is ook nog niet met pensioen. Ze werkte 30 jaar als regulier verpleegkundige in Haarlem, Den Haag en Voorburg. Jarenlang begeleidde ze mensen in hun laatste dagen van het leven op aarde. Na al die jaren heeft ze geleerd op een meer alternatieve manier te kijken naar ziek zijn; ze helpt mensen te zoeken naar de oorzaak van hun klachten. Maar niet alleen de alternatieve, ook de reguliere geneeskunde heeft nog steeds haar aandacht.



Van Bolivia ...

Haar ledikantje stond ruim 80 jaar geleden een slordige 10.000 kilometer hier vandaan, in Oruro, Bolivia. Martha's moeder was Boliviaanse, haar vader Nederlander. Moeder overleed toen de kleine Martha vier jaar oud was. Haar vader bleef met de kinderen in Bolivia voor zijn werk. Vlak voor de oorlog kwamen ze met verlof naar Nederland. Door de Duitse invasie konden ze echter niet meer terug, het gezin bleef in Nederland. Martha groeide verder op in Zuid-Limburg en vertrok later naar Haarlem om als leerling verpleegkundige te gaan werken.



... naar Leeuwendaal

In 1970 kwam Martha met haar gezin in Leeuwendaal wonen. Vooral de tuin is haar lust en haar leven. Bijna dagelijks loopt ze in haar voor- en achtertuin aan het groen te 'pulken'. De planten en bloeiende bloemen staan er dan ook prachtig bij. Daarnaast leest ze graag, houdt ze van koken en maakt ze regelmatig een babbeltje met de buren. Zoals gezegd; hobby's, frisse lucht en beweging houden je jong.

"Ik woon hier heel graag in deze wijk, en ik hoop hier nog vele jaren in goede gezondheid te mogen wonen." vertelt Martha. "Het is een mooie en rustige wijk waar mensen met elkaar begaan zijn. Ik heb hier superburen, we staan echt voor elkaar klaar". Ze voegt de daad bij het woord en gaat diezelfde middag nog even kijken bij haar buurvrouw en checkt de post en de plantjes bij

een ander burenstel dat met vakantie is. Over superburen gesproken.

Marissa Koopmans

Voor grip op uw financiële toekomst
gaat u naar Lancyr Hoogenraad!

Ga naar www.hoogenraad.lancyr.nl
voor uw verzekeringen, hypotheek,
pensioenen en risicobeheer.

lancyr + **Hoogenraad**

Verzekeringen & Financieel advies

Haagweg 177 • Postbus 1010, 2280 CA Rijswijk • t 070 - 390 72 35
f 070 - 319 49 70 • info@hoogenraad.lancyr.nl • www.hoogenraad.lancyr.nl

GOUDSMIDATELIER

**TAFEL
VAN
GOUD**

REPARATIES, ONTWERPEN
EN EEN
EXCLUSIEVE EIGEN COLLECTIE

STADHOUDERSSTRAAT 13
OUD RIJSWIJK
070 3030 509

OPEN OP VRIJDAG EN ZATERDAG VAN 10.00 TOT 17.00 UUR

WWW.TAFELVANGOUD.NL

Facelift entree Oranjelaan

Hij kan nog hartelijk lachen om dat commentaar van die twee toeschouwers bij de sloopwerkzaamheden: "Wat erg dat zo'n balkon instort..." Want niets was natuurlijk minder waar. Het sloopwerk was de eerste stap naar een compleet nieuwe entree. Architect-bewoner Jan Pauw ontwierp de facelift.

Begin jaren '90 werd hij weer Leeuwendaler. Groeide als kind op aan de Nassaukade, studeerde later in Delft, woonde op allerlei plekken in de regio. "We waren op zoek naar een onderkomen in de buurt. In de zaterdagkrant stond een advertentie voor een appartement in dit gebouw op de hoek van de Haagweg en de Oranjelaan. We wilden hier eigenlijk maar een paar jaar blijven. Dat liep dus anders," lacht hij.

Wandelen door woontijdschrift

Een voor de hand liggende vraag aan een architect: Hoe is het om in anderomans ontwerp te wonen? "Alsof je een jas van een ander leent," antwoordt Jan Pauw. "Die zit toch net niet lekker." Daarom heeft hij binnenshuis letterlijk alles op de schop genomen. Een aantal jaren geleden kocht hij het naastgelegen appartement erbij, voegde beide samen en verbouwde het geheel tot één ruime maisonnette. "Het is bijna klaar," laat hij zien tijdens een rondleiding die voelt als een driedimensionale wandeling door een woontijdschrift.

Ding-dong

In de loop der jaren veranderde ook het een en ander aan het gebouw zelf. Eerst zijn de loggia's en de balkons dichtgemaakt. "Pure noodzaak, vanwege het verkeerslawaai en de neerslag van roet en stof." En nu is de entree gefacelift. Rommelige stenen muurtjes, trap, helling, plantenbak, de krappe donkere entree waar burens elkaar altijd in de weg liepen, verdwenen. Er verrees een lichte stalen constructie waaraan het glas is opgehangen, met een zigzagtrap van mooi geroest cortenstaal naar het bordes, een inloopmat in dezelfde tint bij de ingang, grijs/wit/bruin gewolkte linoleumvloeren, donkergroene openslaande deuren naar de parkeergarage, strak wit gespoten muren. Bezoekers melden zich bij de videofoon waaruit een ouderwetse ding-dong klinkt. Het geduld van medebewoners is al die maanden zeker op de proef gesteld. Maar de buurvrouw met haar kind in de wandelwagen en haar hond is blij met het resultaat. "Fijn om te horen!" vindt Jan.

Barbara Schilperoord



Tegellichters gevraagd Hitte-eilanden

Het zag er wel een beetje bizar uit: op een zomerse (nou, ja...) vrijdagmiddag hakte een in witte overall en bouwhelm gehulde figuur een eerste steen uit het trottoir van de Haagse Turfmarkt. Vlak naast de onderdoorgang van de tram. Hier ontstond een uurtje later een minituintje. Middenin ongeveer het drukst belopen stukje stad. Vervolgens kon je een straat of stoeptegels uit je eigen tuin inruilen voor een bloeiende plant.

Deze ludieke actie vond plaats in het kader van de landelijke Operatie Steenbreek waaraan inmiddels 8 gemeenten meedoen: van Den Haag tot Nijmegen, van Groningen tot Maastricht. Wat wij afgelopen juni in onze wijk in het klein deden met de actie 'Einde aan het Stenen Tijdperk', gebeurt in heel Nederland in het groot. Met als doel om mensen over te halen hun stenen tuin te vergroenen.



Je zou het deze zomer niet altijd zeggen maar we krijgen in de toekomst te maken met meer en langere periodes van grote hitte en heftige regens. Wetenschappers onderzochten en constateerden dat het tussen gebouwen, huizen en straten veel warmer wordt dan buiten, bij weilanden, akkers, bossen en meren. Zo ontstaan in steden ware 'hitte-eilanden'. Ja, ook in Den Haag (ondanks alle parken en de nabijheid van de zee) en in ons groene Rijswijk.

De Operatie Steenbreek is een logisch vervolg op de conclusies uit dit onderzoek. Meer groen, minder steen is het doel. Vooral ook in (al die versteende) particuliere tuinen. Want al die tuinen bij elkaar opgeteld, vormen samen een enorme oppervlakte. Daarom roepen de deelnemende gemeenten hun inwoners op om 'tegellichters' te worden. Met meer groen doen we niet alleen onszelf een plezier, maar ook bijen, vlinders en vogels (die hebben in een stenen tuin niks te zoeken). En met meer groen voorkom je wateroverlast tijdens hevige plensbuien (water kan in een stenen omgeving nergens naar toe). Groen geeft verkoeling en vangt fijnstof af. Kom op, sluit je dus aan bij het groeiend leger van tegellichters!



Meer informatie, tips en ideeën vind je op www.operatiesteenbreek.nl en www.huisjeboompjebeter.nl (met een handige App!)

Barbara Schilperoort

Code rood maakt groene slachtoffers



Zaterdag 25 juli gold code rood. We kregen het dringende advies om binnen te blijven. Den Haag was zelfs een tijdlang onbereikbaar: A4, A44 en A12 waren grotendeels afgesloten. Een deel van het tramverkeer lag stil. Wie zich toch even buiten waagde, bijvoorbeeld om de hond uit te laten, begreep meteen waarom. De Noordwesterstorm deed zijn best om je beentje (en pootjes) te lichten. Hij bulderde over de kade en door onze lanen, rukte aan ramen en deuren, schoof lawaaiig vuilcontainers aan de kant en liet op de Vliet donkergrijze golven met witte schuimkoppen opstuiven. De Molenlaan fungeerde als een windtunnel. De aanwakkerende

storm won nog verder aan kracht en stortte zich op deze twee bomen - precies op de hoek van de Nassaukade en Molenlaan. Zij waren weerloos in dit natuurgeweld. Eerst gaf de een zich gewonnen. Krakend en ruisend viel hij om. De ander hield nog even stand. Zijn wortels woelden wel al de stoeprand omhoog. Maar na een tijdje moest ook hij zich overgeven. Daar lagen ze. Met hun kruin in het water. De groene slachtoffers van code rood. Net als vele, vele andere in het land.

Barbara Schilperoord

RobHouweling.nl

Stijlschouwen, openhaardenbouw en rookkanalen



Kalksteen 'Provence'

- In- en verkoop van oude schouwen
- Bouw en renovatie rookkanalen en schoorstenen
- Inbouw van open hout- en gasvuren in bestaande schouw
- Grote sortering antieke schouwen
- Sfeervolle elektrische schijnvuren

WWW.ROBHOUWELING.NL

070-390 40 86

Showroom: Maanweg 58, Den Haag Binckhorst, Tel. (070) 390 40 86
geopend dinsdag t/m zaterdag van 10.00-16.30 uur

Mail uw vraag of bezoek aan huis info@openhaardbouw.nl



ROB

HOUWELING.NL

TRADITIONELE
OPENHAARDENBOUW

— SINDS 1973 —



Mail uw vraag/afspraak robhouweling.nl of bel 070-3904086

PUZZELPAGINA!

Het komt heel vaak voor dat je in de vakantie verveelt.

Gelukkig heeft de jeugdredactie daar wat op gevonden: twee bladzijden vol met puzzels; dan hoef je je geen moment meer te vervelen.

Woordzoeker

Vind alle straatnamen van de wijk in de woordzoeker; er ontbreekt er een. Vind hem!

D	C	F	W	L	I	V	U	X	J	O	J	X	E	E	Y	Z	Q	U	N	H	Y	C	M	T	E	Q	S	E	E
E	M	N	P	O	C	J	U	H	X	Q	N	Q	L	G	Z	R	W	I	T	U	E	B	K	V	A	E	U	C	N
K	Q	V	E	C	M	L	X	Z	Q	L	R	F	E	A	O	M	K	C	T	H	G	L	A	L	Z	C	B	U	N
N	F	T	H	T	F	S	U	R	H	S	M	J	Z	C	J	A	Y	T	F	L	X	Z	Z	G	S	Z	F	X	A
N	X	B	Q	E	Y	X	C	A	L	C	P	S	P	E	B	A	D	Y	T	X	U	F	X	Z	X	N	Y	D	A
A	J	I	V	A	L	Q	M	R	W	F	S	Y	Q	D	H	C	R	J	B	J	N	R	M	F	R	J	V	D	L
A	P	G	P	Z	B	E	R	I	D	U	N	M	T	A	T	Y	E	Q	V	M	V	E	J	E	F	F	Q	O	G
L	R	M	P	R	T	J	E	R	Y	M	P	S	A	K	C	G	I	M	R	Y	I	D	G	A	R	T	Z	C	R
G	I	T	L	V	D	T	Z	U	Z	X	S	P	Z	U	Y	Q	V	N	H	J	S	E	V	X	G	O	O	K	U
U	N	Q	V	C	U	H	M	Y	W	U	L	Z	K	A	R	U	H	L	I	M	N	R	S	N	P	K	Z	N	B
R	S	W	L	D	M	T	K	F	I	E	N	Q	Q	S	A	I	L	X	N	T	U	I	O	A	W	W	A	Z	N
B	H	C	Y	O	U	T	K	V	A	N	N	D	G	S	N	C	T	P	E	H	U	K	C	A	I	A	E	P	E
N	E	Y	Z	D	L	Z	F	L	O	R	H	D	A	A	G	O	J	S	U	J	J	L	Y	L	L	M	G	Q	L
R	N	D	G	M	C	B	L	S	R	Z	I	L	A	N	W	M	S	H	L	T	D	A	U	E	H	Y	W	T	L
O	D	I	J	G	K	S	T	H	Z	A	J	P	L	A	A	E	X	P	M	A	V	A	J	S	E	S	S	R	I
O	R	E	B	C	A	O	W	W	E	N	B	H	N	C	L	G	I	U	D	E	A	N	C	S	L	M	L	A	D
H	I	K	O	N	I	N	G	I	N	N	E	L	A	A	N	L	K	O	X	O	A	N	X	E	M	X	S	M	Z
X	K	N	S	U	Y	O	A	Q	W	L	C	Z	A	R	K	T	A	N	L	R	T	B	K	C	I	R	E	S	E
F	L	I	A	Z	N	B	K	F	R	G	T	N	Y	Q	K	W	F	A	O	X	P	C	E	N	N	K	N	J	B
C	A	M	O	X	D	K	G	K	B	D	T	W	B	O	H	J	G	T	N	G	Q	X	Z	I	A	V	L	C	F
D	A	P	Z	H	J	I	E	Y	Q	G	E	E	S	T	B	R	U	G	K	A	D	E	K	R	L	O	O	Q	K
C	N	A	L	E	X	A	N	D	E	R	L	A	A	N	J	J	Z	V	Q	O	B	M	E	P	A	G	O	P	G
P	R	N	C	A	N	M	A	Q	D	C	I	L	R	Z	X	E	A	W	A	W	T	P	Y	A	A	Q	C	Q	K
I	Z	P	E	S	S	A	G	D	I	B	H	N	O	O	Y	C	J	C	E	E	I	D	I	D	N	I	V	M	N
X	R	J	T	M	G	U	H	Q	L	M	W	N	A	A	L	T	N	O	M	R	Y	P	K	C	E	D	L	A	W

Raadsel

In het hart van de wijk.
 Waar de kleurige straat de onze-wijk-laan kruist.
 Staat iets waarmee je de wijk schoon kunt houden.

Welke kleur heeft het.

- A. blauw
- B. groen
- C. rood

Rebus



m = l - e - kr

i = l

Oplossing:

Fotowedstrijd

We willen natuurlijk allemaal een fleurige achtertuin. De jeugdredactie stimuleert dat en organiseert een fotowedstrijd. Wat moet je doen? Maak een foto van een roos, een tulp of een andere mooie bloem, zolang hij maar in je achtertuin staat. De mooiste bloem of hele bloemenstruik komt de volgende keer in het wijkkrantje te staan. Als het je is gelukt mag je het sturen naar jeugdredactieleeuwendeel@gmail.com. De jeugdredactie wenst je veel succes en een goede start van het nieuwe schooljaar.



Twee jaar alweer

3 juli vierden we met de vaste huurders, ook wel "bewoners" van de Compagnie genoemd, ons tweejarig bestaan. We zijn inmiddels met een groep van 50 ondernemers waarvan de helft er het laatste half jaar is bijgekomen: een zeer forse groei waar we heel blij mee zijn. Het geeft ons een sterkere basis om met weinig middelen toch een gezond bedrijf op te bouwen.

Meer dan huur alleen

Het concept van de Compagnie is dat we meer zijn dan een gebouw waarin ondernemers ruimten kunnen huren. We vragen van onze huurders naast huur ook een bijdrage vanuit ieders eigen competentie aan het geheel. Deze bijdrage kan variëren van het maken van foto's voor de website, het schrijven van een persbericht tot het geven van belastingadviezen aan medebewoners of het bakken van kerstbrood voor het kerstontbijt.

Nieuwe behoeften en ideeën

Vanuit de huurders is er een duidelijke behoefte om elkaar regelmatig op te zoeken. Naast de

mogelijkheid om dagelijks samen te lunchen zijn er sinds het voorjaar steeds vaker spontane vrijdagmiddagborrels voor wie er op dat moment aanwezig zijn en zin hebben. In zo'n setting ontstaan soms de mooiste nieuwe business ideeën waar ook u profijt van kunt hebben. Neem bijvoorbeeld het idee om cursussen te gaan geven om je eigen lamp of sieraad in 3D zelf te leren printen: dat kan dus nu ook in uw eigen wijk.

De waarde voor u als Leeuwendaler

Werken vanuit je eigen competentie en passie is inspirerend en geeft energie. Dat merk je meteen als je bij ons binnenloopt: er wordt hard gewerkt met hart voor de zaak. Wilt u hier ook zo af en toe van mee genieten? Bent u geïnteresseerd in wat de Compagnie en haar bewoners u te bieden hebben of denkt u zelf iets te kunnen bijdragen, aarzel dan niet en kijk op onze website: www.bvgdecompagnie.nl of neem direct contact met ons op via info@bvgdecompagnie.nl of bel 06-11268517 voor een afspraak. U bent van harte welkom!

Elsbeth Visser



Agenda

- 26 oktober 20.00u - 22.00uur: Algemene Leden Vergadering van de Wijkvereniging
- 15 november 15.00u - 18.00uur: 4e Muziekcafé Jazz & Co voor netwerkende muzikkliefhebbers
- 25 november 14.00u - 16.00uur: High Tea voor senioren in de wijk, initiatief van de wijkvereniging
- 11 december 15.00u - 17.00uur: 8e Leeuwenkuil: inspirerende brainstormsessie voor ondernemers

De Workflow van Hugo de Wolf



Vliegenierspetjes, vlaggen, duikbrillen, witte overalls, vloeistof om rook op te wekken, rood-wit lint om een straat af te zetten: de hutkoffer langs de muur bevat een schat aan attributen. Her en der staan grote fotolampen opgesteld. In de hoek een reiskoffertje van het formaat dat je ook mee mag nemen in de cabine van je vliegtuig. Voor het bureau een klassieke Eames stoel. Voor de broodnodige powernaps in drukke tijden. Dit is het werkdomein van Hugo de Wolf. Meebedenker en bewoner van de Compagnie.

“Voor een fotoreportage deed de receptie in het nieuwe gebouw van de Compagnie, verderop aan de Geestbrugkade, even dienst als hotel-lobby. Vandaar dat reiskoffertje,” verklaart hij. “Die witte overalls kun je goed gebruiken om schilders, slaggers of laboranten te fotograferen. De duikbrillen en petjes om een vakantiesfeer te creëren. Enzovoorts.”

Vanuit de techniek

‘Workflow, Visuele marketing en Beeldcommunicatie’ staat op zijn visitekaartje te lezen. “Ik zet

wensen van mijn klanten om in iets concreets. Met behulp van mijn camera.” Vanuit de techniek belandde hij bij toeval in de fotografie. Opgeleid als industrieel ontwerper ging hij bij Corus (de vroeger Hoogovens, nu Tata Steel) aan het werk. “Technologie ontwerpen en op de markt zetten.” Omdat hij geen goede foto graaf kon vinden die ook verstand had van techniek én aan alle verplichte veiligheidseisen voldeed, ging hij zelf met fotografie aan de slag. Dat beviel zo goed, dat hij na een tijdje zijn baan opzegde en voor zichzelf begon. Maar werken vanuit huis heeft zo zijn nadelen. Vooral met opgroeiende kinderen. “Als ik thuis kwam, verdween ik meteen naar mijn werk-kamer op zolder. Dat is niet gezellig. Bovendien ben je thuis voortdurend met je werk bezig.” Toen kwam hij Elsbeth Visser tegen die rondliep met plannen voor een bedrijfsverzamelgebouw. Dat leek hem ook wel wat, ging erover meedenken. Sinds twee jaar is hij zelf een tevreden huurder van een ruimte aan de achterkant, met zicht op de tuin.

Barbara Schilperoord

YOGASTUDIO RIJSWIJK



Hathayoga
Flowyoga
Poweryoga
Ashtangayoga
Yoga class in English
Kinderyoga
Tieneryoga
Fertiliteitsyoga
Zwangerschapsyoga
Postnatale yoga
Babymassage
Massages
Workshops
Yogaweekend

Leeuwendaal, Geestbrugweg 38, 2281 CL Rijswijk
070-2014529, yogastudiorijswijk@online.nl
www.yogastudiorijswijk.nl



PERSONAL PET CARE SERVICES

The Animal Nanny | Personal Pet Care Services is een professionele Petsit- en Dogwalkingservice, waarbij een totaalpakket wordt aangeboden op het gebied van persoonlijke dierverzorging.

Nieuw in Haaglanden!

Services

- DOG WALKING
- PET SITTING
- ANIMAL CAB

Speciale aanbieding!

Ter kennismaking krijgt u bij inlevering van de flyer (te downloaden op de site) **50% korting** op de eerste **Pet Sitting** of **Dog Walking!**

The Animal Nanny
Leeuwendaallaan 15
2281 GJ Rijswijk

T 06 423 970 76
E info@theanimalnanny.nl
I www.theanimalnanny.nl



[the_animalnanny](https://www.instagram.com/the_animalnanny)
[theanimalnanny.nl](https://www.facebook.com/theanimalnanny.nl)

Straatspeeldag zoekt nieuwe organisator



Leuk he, die straitspeeldag. Hebben jouw kinderen daar ook altijd zo'n lol (gehad)? Organisatoren Willem Vermeer en Marieke van Oppen zijn er na 5 jaar klaar voor om het stokje over te dragen. Ben jij een organisatietalent? Of vind je het gewoon leuk om te helpen? Mail dan naar buitenspeeldagleeuwendaal@gmail.com.

Op de hoogte blijven van het nieuws in Leeuwendaal?

Abonneer je dan op onze maandelijkse nieuwsbrief!

Stuur een mail naar info@wijkvereniging-leeuwendaal.nl.

En wist je dat al het Leeuwendaal nieuws ook op Facebook te vinden is? Onder andere over de voortgang van het werk aan de Haagweg, of activiteiten in de wijk.

Facebook/wijkvereniging Leeuwendaal.

En werp tot slot ook eens een blik op onze website: www.wijkvereniging-leeuwendaal.nl.

Daar vind je onder andere foto's van evenementen en een activiteitenkalender.

Praktijk van de dierenarts

Het spreekuur is net achter de rug. Het was druk. Veel mensen die voor de vakantie nog met hun hond of kat langs de dierenarts gaan. Dierenarts Saskia Engmann is sinds 2002 gevestigd aan de Oranjelaan. De praktijk is groter dan ik dacht. Behalve een spreekkamer zijn er nog diverse ruimtes voor operaties of een verblijf in de kliniek.



In de praktijk

Spannend was de eerste operatie die Saskia alleen deed tijdens een waarneming na haar studie, inmiddels al weer 17 jaar geleden. De operatie slaagde, ze leerde er veel van en het gaf haar het vertrouwen het vak te gaan beheersen. Na 3 ½ jaar waarnemen werd het tijd voor een eigen praktijk. Dit werd die in Leeuwardal.

Haar liefde voor dieren drijft Saskia. Is het dan niet lastig dat een dier niet kan praten? "Ik let altijd heel goed op hoe een dier reageert bij een onderzoek." Ze vindt het mooi om "een puzzel op te lossen" voor een goede diagnose. Spannend zijn ook de keren dat de dierenambulances een dier komt brengen. "Je weet dan nooit wat je te wachten staat". Zoals die keer toen een hond heftig bloedend binnenkwam. Gelukkig wist Saskia hem weer op de been te krijgen. Na afloop kwam een gelukkige eigenaar haar uitgebreid bedanken.

Vrije tijd

Saskia woont met haar man Marco – die op de achtergrond in de praktijk werkt - en kinderen Florean (5 jaar) en Sterre (7 jaar) met plezier in Leeuwardal. Haar vrije tijd brengt Saskia het liefst door met haar gezin. Ze hopen er dan ook nog heel veel jaren met plezier hun praktijk uit te kunnen oefenen.

Erika Priebee

Nederlandse les

Vanuit haar bedrijf 'Dutch for Children and more' op de Geestbrugweg geeft Wendy van Dalen Nederlandse les aan (expat)kinderen en hun ouders, bijles, huiswerkbegeleiding en meer.

Wendy en haar man, later met 2 kinderen, hebben zelf een groot aantal jaren in het buitenland gewoond. Zo woonden zij in Aruba en Spanje. Ondernemend als zij is, startte zij in Spanje een peuterspeelzaal. Zo'n 8 jaar terug kwam het gezin terug naar Nederland en op zoek naar een huis, kozen zij voor Rijswijk vanwege de centrale ligging. Rijswijk was bovendien niet helemaal onbekend; haar vader komt er vandaan.

Wendy studeerde Psychologie en deed de Pedagogische Academie voor het Basisonderwijs. Eenmaal terug in Nederland, heeft ze eerst lesgegeven op verschillende basisscholen in de buurt. "Lesgeven op school is leuk, maar ik wilde liever individueel met kinderen werken of in kleine groepen." Zo startte Wendy haar eigen bedrijf 'Dutch for Children' en begon ze met het geven van Nederlandse les aan kinderen van expats. "Voor mij is het uitgangspunt in mijn werk de intrinsieke motivatie van kinderen om te leren. Bovendien kijk ik naar het kind zelf: wie is het kind, wat is belangrijk." Daar sluit ze haar lessen op aan; op maat en zelf ontworpen. Handig is dat ze op de hoogte is van veel schoolsystemen.

Intussen heeft ze een drukke praktijk opgebouwd en haar dienstverlening uitgebreid met onder andere Remedial Teaching, huiswerkbegeleiding, Nederlandse en Engelse les aan kinderen van de basisschool en het voorgezet onderwijs, maar ook aan volwassenen. "Ik heb nog veel meer plannen. Zo wil ik starten met een groep jonge kinderen om hen te helpen hun woordenschat te vergroten."



Kortom, Wendy is veelzijdig en gedreven om met kinderen te werken. Haar eigen ervaringen als expat komen daarbij goed van pas. De toevoeging 'and more' aan haar bedrijf is dan ook volkomen terecht.

Lees meer: www.dutchforchildren.nl

Petra van Heuzen



Chez Michelle

pure, natural & personal skincare

U bent bij mij welkom voor natuurzuivere huidverzorging & behandelingen waarbij aandacht, kwaliteit en een persoonlijke benadering voorop staan.

- **Behandelingen en producten van Dr. Hauschka Cosmetics**
- **Ook voor advies en aanschaf producten**
- **Scholieren en studenten 10% korting**

Frederiklaan 35
2281 XM Rijswijk

T 06 – 25053569
E info@chez-michelle.nl

W www.chez-michelle.nl
F [ChezMichelleSkincare](https://www.facebook.com/ChezMichelleSkincare)

Topjob Coaching

Loopbaanbegeleiding, coaching, facilitation

Tijd voor reflectie op uw loopbaan? Topjobcoaching biedt u professionele begeleiding bij het zetten van nieuwe loopbaanstappen. Met Topjobcoaching zet u vandaag de eerste stap naar uw carrière van morgen!

Voor u als werkgever faciliteert Topjobcoaching werkbijeenkomsten op een verfrissende en effectieve wijze.

In een kosteloos oriënterend gesprek neem ik graag de mogelijkheden met u door.

Drs. Erik W.J. Wissema
Hoornbruglaan 20,
2281 AW RIJSWIJK

06-10721834
info@topjobcoaching.nl
www.topjobcoaching.nl

Een aantal jaren geleden stopte wijkgenoot Harry de Boer met voetballen, zijn favoriete sport. Zijn nieuwe hobby werd zingen in het Oeral Kozakkenkoor met als repertoire liturgische gezangen, volksliederen en Russische Kozakkenliederen. Vaak gaan deze laatste over Kozakken die naar het front vertrekken. Harry kan er enthousiast over vertellen.



Auditie

Het zingen kwam door zijn dochters. Die traden op in de musicals Annie, Elisabeth en Peter Pan. Zijn oudste heeft zelfs het conservatorium doorlopen.

“Je wordt ook niet zomaar lid van ons koor; je moet auditie doen. Wat zelfstudie thuis is noodzakelijk.” Intussen is hij al tien jaar lid. Het koor bestaat uit ca. 30 mannen in de leeftijd van 35 tot 70 jaar. De dirigent is Gregor Bak, musicus en presentator, bekend van radio en tv.

Geschiedenis en optredens

Het koor draagt de naam “Oeral Kozakkenkoor”, naar het Oeral Kozakkenregiment dat in 1591 werd opgericht als garde-eskadron van de tsaar. Harry glundert: “Ons koor is het enige

dat het wapen van het regiment mag dragen”. Ze treden 20 keer per jaar op in binnen- en buitenland. Al tweemaal was er een serie optredens in de Oekraïne. “Laatst waren we daar op uitnodiging van de Nederlandse Ambassade in Kiev en traden we op in een concertzaal in Nikolaëv met 2500 personen. Dat was voor ons heel bijzonder. Er was een Russische vrouw die volschoot: “De muziek was zoals wij het kennen, die drong binnen, ik zat te huilen”.“ Mooi zijn ook de kerstoptredens ieder jaar in Scheveningen, met begeleiding van het Oekraïense ensemble Uzory. Voor iedereen die houdt van een sfeervol Russisch concert is het een aanrader om een keer te komen genieten. Dit jaar is het kerstoptreden op zondagmiddag 13 december.

Nieuwe leden

Buurtgenoten die belangstelling hebben voor het koor zijn altijd welkom op de repetitieavond, iedere maandag van 20.15 - 22.15 uur in de Oude Kerk aan de Herenstraat. Voor de mensen die meer willen weten over de geschiedenis van Kozakken of het koor:

www.oeralkozakkenkoor.nl

Erika Priebee





KORTELAND
AUTO'S

- * in- & verkoop
- * onderhoud & reparatie
- * apk
- * schadeherstel
- * aircoservice

Korteland Auto's en Onderdelen BV
Oranjelaan 42 - 2281 GE Rijswijk - 070 3902900
www.kortelandautos.nl - info@kortelandautos.nl

Kom in beweging bij SOS



Lessen in de Beetsschool in Rijswijk:

Maandag : 11:00-12:00 Senior actief 50+ jaar
Dinsdag : 15:30-16:30 Peuter-kleutergym 2-4 jaar
16:30-17:30 Kleutergym 5-6 jaar



2 keer gratis meedoen
Ooievaarspasregeling van toepassing
Ga voor meer informatie naar: www.sos-voorburch.nl



Leeuwendaal: een oase van rust

Michiel de Leeuw en Marike Gelinck en hun twee kinderen (Jelka 3½ jaar, Tom 9 maanden) wonen sinds eind 2013 in de Oranjelaan. Zij kijken uit op de Oranjeboom. "Dat is heel leuk, vooral met Koningsdag en alle festiviteiten rond de boom". Michiel is predikant bij de protestantse kerk in Rijswijk, Marike werkt op de afdeling Bijzonder Beheer van de ING Bank. Het huis is eigendom van de kerk. "Het wordt nog steeds de pastorie genoemd". Michiel heeft er zijn kantoor aan huis.

Waarom Leeuwendaal?

Een succesvol gelopen sollicitatie op de functie van predikant bracht Marike en Michiel naar Rijswijk. Daarvoor woonden zij in Leiden. Michiel werkte daar onder andere als geestelijk verzorger bij het LUMC en het Diaconessenhuis. Vanaf het eerste moment voelde Leeuwendaal goed. "Het is er goedemodig en het is een actieve wijk". Als predikant leerde Michiel snel veel mensen in Oud-Rijswijk kennen, maar ook Marike voelde zich er al gauw thuis. Leuk vonden zij het "running dinner" in de wijk en binnenkort het etentje met "de dames van Oranje tot Kastanje". Met een lachend gezicht vertelt Michiel dat hij ook al gepolst is voor de veegploeg van de kinderspeeltuin.

Veel verbouwd?

In het huis was sinds de jaren 70 niets meer gebeurd. Het is helemaal gestript. Er zijn nieuwe leidingen aangelegd, een open keuken, badka-

mer, vloer, etc. Het huis oogt nu fris en modern. De kerk begeleidde de verbouwing, Michiel en Marike waren er wel heel nauw bij betrokken. In het begin was het wennen aan de grote woonkamer "Hij was bijna leeg; we moesten grotere meubels kopen om de kamer te vullen". Vorige zomer is ook de tuin opnieuw aangelegd. De hortensia's staan in bloei en het gezin geniet volop van de tuin.

Oude Kerk in de Herenstraat

Het gesprek komt op de Oude Kerk in de Herenstraat. Veel mensen zijn nieuwsgierig hoe deze er van binnen uitziet. Michiel nodigt de inwoners van Leeuwendaal uit om de prachtige kerk te bezichtigen. De kerk is van mei tot en met september iedere zaterdag geopend van 11 tot 15 uur. "Iedereen is van harte welkom!"

Erika Priebee



Dutch for Children and more...

Bij vertoon van advertentie 1e les gratis!



Nederlandse (bij)les voor (expat)kinderen en hun ouders, Remedial Teaching en huiswerkbegeleiding. Ook taal- en cultuurbegeleiding. Nu ook Engelse les voor beginners. Niet alleen voor expatkinderen: ieder kind is welkom!

www.dutchforchildren.nl

Wendy van Dalen, MSc
+31 6 19209345



Verantwoord afvallen en hardlopen, met een flinke dosis plezier!

Werk met plezier en onder begeleiding van experts aan je conditie en gewicht

HARDLOPEN RIJSWIJK, NewFigure Clinic Rijswijk en Lemonade Running Therapie hebben weer een 10 wekenlijks programma samengesteld waarin u uw overtollige zomerkilo's kwijt raakt en start met hardlooptrainingen. Na deze 10 weken kunt u instromen in een gevorderde loopgroep.

Het volgen van een dieet in combinatie met beweging zorgen voor een effectief resultaat.

- Uw vetverbranding verhoogt
- Uw conditie verbetert
- U krijgt meer zelfvertrouwen en voldoening
- U krijgt meer rust in uw hoofd
- U werkt toe naar een gezond gewicht
- U versterkt uw hart en vaatstelsel en daarmee uw gezondheid.



Lemonade
Runningtherapie

In het kort:

- Intakegesprek bij NewFigure (45 min)
 - gewichtsmeting (wekelijks)
 - meting vetpercentage
 - meting spiërmassa
 - meting vochtpercentage
 - vaststelling BMI
 - persoonlijk dieetadvies in combinatie met Voedingssupplementen
 - Reïntegratieprogramma om op gewicht te blijven
 - Wekelijkse (hard)looptraining door Lemonade Runningtherapie
 - Startlocatie: Regentesselaan 69 (NewFigure Clinic)
- **Totale kosten: € 295,00**

Wil je plezier beleven aan afvallen in combinatie met bewegen of alleen bewegen of alleen afvallen?

Neem dan contact op met:
NewFigure Clinic Rijswijk
06 22050909 of

Lemonade Runningtherapie, 06 0413427.

Of mail naar
info@newfigurerijswijk.nl of
roos@lemonaderunningtherapie.nl



NewFigure Dieet

www.hardlopenrijswijk.nl
www.newfigurerijswijk.nl
www.lemonaderunningtherapie.nl
www.afvalleerijswijk.nl

Start: woensdagochtend 16 september 2015

Twee ondernemers uit Leeuwardaal hebben elkaar gevonden

Of: hoe twee ondernemers hun hart durfden te volgen, elkaar daarin vonden en een prachtig bedrijf startten.

Na 29 jaar verloor Angelique Zonneveld haar baan als officemanager. Tijd voor een nieuwe fase in haar leven. Daarom volgde zij haar hart en besloot een opleiding te gaan volgen tot voedingsconsulente om zo mensen te helpen hun streefgewicht te behalen. Zij startte op de Regentesselaan een franchiseonderneming met het concept NewFigure Clinic Zoetermeer.



Ook Roos Pelle volgde haar hart. Tijdens haar behandeling voor borstkanker ging ze hardlopen met een coach en merkte ze dat ze, ondanks de vermoeidheid, daar toch toe in staat was. Sterker nog, ze kreeg er energie van. Ze volgde de opleiding tot Runningtherapeut en richtte Lemo-nade Runningtherapie op.

“Onze focus ligt op de persoonlijke begeleiding. We willen mensen niet alleen laten hardlopen of een dieet meegeven, maar we willen hen stimuleren hun doel te bereiken. Of dit nu gaat om een gezond gewicht te behalen of van 1 minuut naar 30 minuten aaneengesloten te kunnen hardlopen.” Hierin vonden ze elkaar en zo werd de samenwerking een feit. Sinds september 2014 bieden ze de cursus afvallen en bewegen aan. “Door te bewegen en op een gezond gewicht te komen, kun je veel ziektes helpen voorkomen. Mensen komen geestelijk beter in balans, voelen zich fitter en energiever.”

“We halen veel voldoening uit het persoonlijke contact. Vaak krijgen we bijzondere verhalen te horen. Het is geweldig om te zien hoe iemand uiteindelijk zijn doel bereikt. De een door zijn streefgewicht te halen, de ander door hardlopend over de finish te gaan. Juist het luisterend oor en de achterliggende gedachten van mensen zijn belangrijk. Hoe komt het dat je dikker wordt, hoe komt het dat het zo moeilijk is zelf de stap te nemen om te gaan bewegen.”

Vanaf 1 oktober werken Angelique en Roos gezamenlijk vanuit Fysiopraktijk Rijswijk aan de Geestbrugkade 35. Daar gaan ze, samen met de fysiotherapeuten, workshops geven op het gebied van gezondheid en bewegen.

Het nieuwste en veiligste medicijn tegen

- Hoge bloeddruk en cholesterol
- Stijve, pijnlijke gewrichten
- De gevolgen van diabetes
- Paar kilootjes teveel
- Weinig energie
- Teveel stress



Nú GRATIS
intake
en 1 maand
sporten!

**Kom lekker en verantwoord bewegen bij Fysiopraktijk Rijswijk!
Altijd onder leiding van fysiotherapeuten.**

Waarom?

- Een zeer ruime beweeg-fitnessruimte
- Speciale apparatuur
- Hoog opgeleide en ervaren fysiotherapeuten
- Altijd jouw persoonlijke programma
- Kleinschalig en gezellig
- Lekker in de buurt
- Zeer aantrekkelijke prijs
- Veel flexibiliteit

Geestbrugkade 35 • 2281 CX Rijswijk • 070-74 00 150 • www.fysiopraktijkrijswijk.nl