



DE QUALITY TIMES

Magazine Quality Time editie 2 - 2019

Verantwoord én lekker

Nieuw

Veldkantine

Evenementen

Verkooptips tijdens
evenementen

Wist je dat?

Recept

Zwemweetjes

Assortimentslijst

Evenementen

Help, waar moet ik beginnen
met organiseren?



Voor een nog beter uitje

Een nieuwe maand betekent weer een nieuwe editie van de Quality Times. De vorige editie hebben wij weer even je Quality Time geheugen opgefrist en zijn alle Quality Time activiteiten aan bod gekomen. Wij hopen dat je nu weer helemaal up-to-date bent wat wij namens Quality Time voor jou kunnen betekenen.

Deze editie van de Quality Times staat in het teken van het evenementen wat ook wel gepaard gaat met een gezellig en actief samenzijn. Zoals we allemaal weten komt hier veel bij kijken en gaan daar aardig wat uurtjes aan voorbereiding in zitten. Wij geven je daarom bruikbare tips om een evenement zo goed mogelijk te organiseren en in goede banen te leiden.

Blijft het in dit magazine alleen bij het thema evenementen? Zeker niet! Wij mogen namelijk vol trots melden dat wij het Quality Time spaarprogramma hebben uitgebreid met een nieuwe aanwinst, namelijk BE-KIND®! Daarnaast hebben wij ook nieuwe producten toegevoegd in "Anders nog iets lekkers?". Welke producten dit zijn lees je verderop in dit magazine. Tot slot delen wij ook weer leuke weetjes over onze merken en hebben wij weer een heerlijk recept die gemakkelijk te maken is.

Waar wacht je nog op?



Wendy Onwezen

Redactie de Quality Times

In dit nummer

Over ons – Quality Time



Anders nog iets lekkers?



BE-KIND®



Riedel aanbiedingen!



De Veldkantine



Organiseer jij binnenkort een evenement?



Verkooptips voor tijdens je evenement



Maak kans op Eredivisie kaarten



Wist je dat?



Recept – Pizza Toasts



Ons spaarassortiment



Dingen die je nog niet wist over zwemmen





Quality Time heeft inmiddels al meer dan 250 leden!

Uit verschillende segmenten:

- Amusementshal
- Biljart-/ snookercentrum
- Bowlingcentrum
- Camping/ bungalowparken
- Dagrecreatie indoor & outdoor
- IJs / skibaan
- Kartbaan
- Midgetgolf
- Speeltuin indoor & outdoor
- Zwembaden

Quality Time in cijfers

- Gestart in 2018
- Gratis voor leden
- Inmiddels al meer dan 250 leden!
- Deelnemende merken: M&M's, Haribo, Lay's en Riedel
- 100% grossier onafhankelijk

Voor een nog beter uitje voor jou en je bezoekers

Quality Time is een nieuw en gratis programma voor organisaties die actief zijn binnen recreatie, vrijetijdsbesteding ofwel leisure. Er zijn natuurlijk heel veel verschillende manieren om je vrije tijd te besteden. Je kan naar een kinderboerderij, een dierentuin, een kartbaan, een speeltuin, een camping of lekker een potje bowlen met vrienden. Maar een kinderboerderij is geen kartbaan en een camping is geen bowlingcentrum. Er is een ding dat ons echter allemaal verbindt, dat we onze bezoekers een kwalitatief verblijf willen bieden: Quality Time dus.

Doe mee en krijg gratis

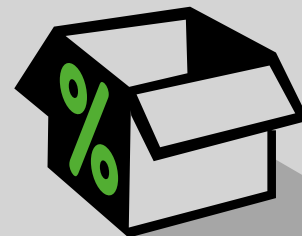
1



Mooie aanbiedingen

Aanbiedingen van bekende en goedverkopende merken.

2



Spaar-programma

Spaarpunten voor productdozen van M&M's®, Lay's en Haribo.

3



Adviezen en tips

Maandelijks Q, digitaal magazine met adviezen en tips.

+



Quality Time - Award

Kans op de Quality Time - Award t.w.v. € 5.000,-

€5.000,-

€ 5.000,- te besteden aan verbetering of vernieuwing van jouw bedrijf



ANDERS NOG
IETS LEKKERS?

DISPLAY VOL MET
VERANTWOORDE
TUSSENDORTJES

OOK LOS EN PER COLLO
TE BESTELLEN!

BESTEL VIA WWW.ANDERSNOGIETSLEKKERS.NL



NIEUWE PRODUCTEN IN “ANDERS NOG IETS LEKKERS?”



Met de display van “Anders nog iets lekkers?” bied je je bezoekers een divers aanbod aan goed gepresenteerde en verantwoorde tussendoortjes. Daarmee kun je op een makkelijke manier en zonder grote voorraden je bezoekers een goed alternatief bieden. Daarnaast voldoe je met deze producten ook nog eens aan de richtlijnen voor Brons van Team Fit!

We hebben het “Anders nog iets lekkers?” assortiment uitgebreid! Rechts zie je (nieuwe) producten die vanaf nu (los of per collo) te bestellen zijn op www.andersnogietslekkers.nl

FABRIKANT	PRODUCT	INHOUD COLLO	PRIJS PER COLLO	PRIJS PER STUK
PepsiCo	Duyvis Unsalted Cranberry Mix	4x30 gram	€3,25	€0,79
	Lay's Hamka's Mini	24x21 gram	€8,00	€0,35
	Lay's Wokkels Paprika	24x20 gram	€8,00	€0,40
	Cheetos Nibb-it sticks	30x22 gram	€10,00	€0,35
Peijnenburg	Näkd Berry Delight Low Cal	21x26 gram	€13,00	€0,65
	Näkd Blue Berry Muffin Low Cal	21x26 gram	€13,00	€0,65
Haribo	Fruitilicious	40x25 gram	€13,50	Niet per stuk verkrijgbaar
	Fruitilicious mini-maxi	13x25 gram	€4,50	Niet per stuk verkrijgbaar
BE-KIND®	BE-KIND® Single Dark Chocolate Nuts & Sea Salt	12x40 gram	€19,95	€1,75
	BE-KIND® Single Caramel Almond & Sea Salt	12x40 gram	€19,95	€1,75

Lees meer over BE-KIND® op pagina 8-9.



Nieuw in Quality Time!

Nice to meet you!



Do the KIND thing for your body, your taste buds & your world®

For your body

Wij geloven dat als je een ingrediënt niet kan zien of uit kan spreken je het niet zou moeten eten. Daarom zijn BE-KIND® producten gemaakt van pure en natuurlijke ingrediënten zoals hele noten, fruit en volkoren granen. Zonder verborgen toevoegingen zoals kunstmatige smaakstoffen, conserveringsmiddelen of zoetstoffen*. We gebruiken de beste ingredienten, die voedzaam zijn en bovenal heerlijk smaken!

For your taste buds

Wij geloven dat je niet hoeft te kiezen tussen lekker en verantwoord als het om tussendoortjes gaat. We gebruiken de beste ingrediënten die goed voor je lichaam zijn en gaan voor unieke smaken die bovenal heerlijk zijn!

For your world

Wij geloven dat 'BEING KIND' de wereld kan veranderen. Door de manier waarop we eten, leven en anderen behandelen. Daarmee stimuleren we een samenleving die gezonder, meer meelevend en vriendelijker is.



* Conform wetgeving.

Het “Quality Time” assortiment van lekkere en verantwoorde BE-KIND® repen:

Een heerlijke mix van amandelen en pinda's, besprenkeld met pure chocolade en een vleugje zeezout.

60% noten | glutenvrij | slechts 5 gram suiker



Een heerlijke mix van gesmolten, zoete karamel en zeezout over knapperige amandelen.

64% noten | glutenvrij | slechts 5 gram suiker

Verkrijgbaar vanaf week 13 (25 maart) op de website van “Anders nog iets lekkers?” en jouw grossier!



Laag in suiker



Hele en natuurlijke ingrediënten



Glutenvrij



Plantaardige eiwitten

Item	Verpakkingseenheid (aantal producten per collo)	EAN	Spaar- punten
BE-KIND® Single Dark Chocolate Nuts & Sea Salt	12	602652177750	20
BE-KIND® Single Caramel Almond & Sea Salt	12	602652257797	20

Wat kan BE-KIND® voor jou betekenen?

- Inspelen op de trend naar meer verantwoorde en lekkere tussendoortjes
- Een merk waarmee categoriegroei gerealiseerd kan worden
- Een authentiek merk, geliefd bij millennials dat niet mag ontbreken in je assortiment

Met BE-KIND® speel je perfect in op de behoefte en wensen van de jonge, bewuste sporter naar een meer verantwoorde reep, om zich weer op te laden. Daarnaast zorgt het product ook voor gezonde en opgeladen kantinekas!

Durf jij het verschil samen met BE-KIND® te gaan maken?

Neem dan contact op met jouw Profkantine coach en bouw samen met ons aan de missie van BE-KIND® om de wereld een stukje vriendelijker te maken.

BE-KIND® ambassadeurs gezocht!

Quality Time is op zoek naar BE-KIND® ambassadeurs waar wij de nieuwe BE-KIND® producten kunnen testen. Dus vind jij het leuk om (gratis) drie maanden lang de nieuwe BE-KIND® producten te testen in jouw verkooppunt? En vind jij het leuk dat een enthousiast BE-KIND® team bij jou langs komt om de BE-KIND® producten te samplen? Neem dan contact op via info@ikwilqualitytime.nl en geef duidelijk in de e-mail aan om welke outlet het gaat en dat jij BE-KIND® ambassadeur wil worden. Wij nemen dan zo spoedig mogelijk contact met je op!

Profiteer nu van twee scherpe Riedel aanbiedingen!

Zoals je weet vertegenwoordigt Quality Time namens Riedel B.V. onderstaande merken in het Leisure kanaal:



Wat betekent dit concreet voor jou?

Dit betekent dat wij jou twee spetterende aanbiedingen van bovengenoemde merken mogen voorleggen! Niet 1 maar 2!

1 Startaanbieding: 3 trays + 1 tray gratis

Extran

Bij een order van 3 krijg je 1 tray Extran Cranberry Variant gratis.

DubbelFriss

Bij een order van 3 krijg je 1 tray DubbelFriss Cranberry + Framboos gratis.

Coolbest

Bij een order van 3 krijg je 1 tray Coolbest Smoothie Framboos-Blauwe Bes gratis.

Taksi

Bij een order van 3 krijg je 1 tray Taksi Tropisch Fruit gratis.

Appelsientje

Bij een order van 3 krijg je 1 tray Appelsientje Appelsap gratis.



2 Een jaar lang voordeel!

Een jaar lang voordeel op de inkoop van Extran, DubbelFriss, Coolbest, Taksi en Appelsientje. Wie wil dat nou niet? Neem contact met ons op om te horen wat deze scherpe deal is!

Belangstelling?

Wacht niet langer en profiteer van deze mooie aanbiedingen! Neem contact met ons op via info@ikwilqualitytime.nl of bel naar: 085-0290056. Wij geven vervolgens de bestelling door aan je huidige grossier. Uitlevering van de producten vindt plaats zoals je gewend bent.

DE VELDKANTINE



**MEER WETEN OVER DE VELDKANTINE? BEL 085-0290056
OF MAIL NAAR [INFO@IKWILQUALITYTIME.NL](mailto:info@ikwilqualitytime.nl).**

VELDKANTINE KALENDER

De kalender geeft per maand aan wanneer de Veldkantine nog beschikbaar is.

Voorbeeld: de hele maand april is de Veldkantine nog beschikbaar! Dus heb jij een leuk feest of evenement? Boek dan gauw de Veldkantine!



JANUARI								FEBRUARI								MAART							
Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo	Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo	Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
1		1	2	3	4	5	6	5					1	2	3	9					1	2	3
2	7	8	9	10	11	12	13	6	4	5	6	7	8	9	10	10	4	5	6	7	8	9	10
3	14	15	16	17	18	19	20	7	11	12	13	14	15	16	17	11	11	12	13	14	15	16	17
4	21	22	23	24	25	26	27	8	18	19	20	21	22	23	24	12	18	19	20	21	22	23	24
5	28	29	30	31				9	25	26	27	28				13	25	26	27	28	29	30	31
APRIL								MEI								JUNI							
Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo	Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo	Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
14	1	2	3	4	5	6	7	18			1	2	3	4	5	22						1	2
15	8	9	10	11	12	13	14	19	6	7	8	9	10	11	12	23	3	4	5	6	7	8	9
16	15	16	17	18	19	20	21	20	13	14	15	16	17	18	19	24	10	11	12	13	14	15	16
17	22	23	24	25	26	27	28	21	20	21	22	23	24	25	26	25	17	18	19	20	21	22	23
18	29	30						22	27	28	29	30	31			26	24	25	26	27	28	29	30
JULI								AUGUSTUS								SEPTEMBER							
Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo	Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo	Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
27	1	2	3	4	5	6	7	31				1	2	3	4	35							1
28	8	9	10	11	12	13	14	32	5	6	7	8	9	10	11	36	2	3	4	5	6	7	8
29	15	16	17	18	19	20	21	33	12	13	14	15	16	17	18	37	9	10	11	12	13	14	15
30	22	23	24	25	26	27	28	34	19	20	21	22	23	24	25	38	16	17	18	19	20	21	22
31	29	30	31					35	26	27	28	29	30	31		39	23	24	25	26	27	28	29
OKTOBER								NOVEMBER								DECEMBER							
Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo	Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo	Nr.	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
40		1	2	3	4	5	6	44					1	2	3	48							1
41	7	8	9	10	11	12	13	45	4	5	6	7	8	9	10	49	2	3	4	5	6	7	8
42	14	15	16	17	18	19	20	46	11	12	13	14	15	16	17	50	9	10	11	12	13	14	15
43	21	22	23	24	25	26	27	47	18	19	20	21	22	23	24	51	16	17	18	19	20	21	22
44	28	29	30	31				48	25	26	27	28	29	30		52	23	24	25	26	27	28	29
																1	30	31					

● De cirkel geeft aan wanneer de Veldkantine al in gebruik is.

Organiseer jij binnenkort een evenement?

Bekijk hieronder 7 stappen om succes te garanderen!

1 Organistatieteam

Zorg voor een gemotiveerde organisatie: enthousiasme is aanstekelijk! Maak daarnaast een taakverdeling binnen de groep.

2 Plan van aanpak

- Bepaal de doelgroep (starters/jeugd/senioren)
- Bepaal de doelstelling van het evenement
- Bepaal wat je met je evenement wil bereiken
- Bepaal de inhoud van het evenement
- Bepaal de datum en het tijdstip van het evenement
- Stel het budget van het evenement vast
- Bepaal de wijze waarop er ingeschreven kan worden
- Bepaal of en welke nevenactiviteiten er worden georganiseerd tijdens het evenement (BBQ, voetbal, kaarten, feestavond)
- Bepaal de kosten voor entree
- Stem de zaken af binnen de organisatie. Denk hierbij aan het tijdig reserveren van activiteiten, plannen en informeren van (extra) personeel.

3 Communicatie: Promoot je evenement. Dit draagt bij aan het succes ervan!

4 Voorbereiding dag invulling

Maak hierbij gebruik van bestaande documenten/materialen. Denk aan EHBO, attributen, materialen nevenactiviteiten, aankleding etc.

5 Ontvangst

Zorg voor een warm welkom op de club!

6 Uitvoering evenement

Maak er een geslaagd evenement van en zorg ervoor dat organisatoren/begeleiders herkenbaar en benaderbaar zijn.

7 Evalueer en leer hiervan!

Verkooptips voor tijdens je evenement

Sleutelwoorden voor een succesvolle presentatie en verkoop tijdens een evenement zijn: goed, snel en makkelijk. Goede producten, die snel kunnen worden aangeboden aan de gast waarbij het ook nog eens makkelijk is te bolwerken voor jouw personeel.

Tips:



1. Verkoop producten in jouw verkooppunt, maar ook op extra gecreëerde verkooppunten; gebruik een kraam (bijvoorbeeld met een vriezer die je toch over had), een mobiele unit, de Veldkantine of buikbakken.
2. Wat je verkoopt moet makkelijk te dragen zijn. Denk hierbij bijvoorbeeld aan een kartonnen traytje voor drankjes.
3. Wat je verkoopt moet makkelijk te consumeren zijn (serveer met servetje of op een bordje).
4. Wat je verkoopt mag niet te warm zijn als je het moet vasthouden (warme dranken serveren in kartonnen koffiebeker).
5. Zorg dat je voldoende kopjes en glazen hebt om snel koffie en thee te kunnen aanbieden.
6. Open de presentatiedozen van bijvoorbeeld chips en zet deze op de bar zodat je snel aan de grote piekvraag tijdens de drukke momenten kunt voldoen.
7. Maak betalen makkelijk (pinnen, contactloos betalen).



Maak kans op Eredivisie
kaarten voor de wedstrijd

Feyenoord – Heracles Almelo



Wij hebben super leuk nieuws voor je! Wij mogen namens Lay's (PepsiCo) 2 kaarten weggeven voor de wedstrijd Feyenoord – Heracles Almelo. De wedstrijd is op 13 april om 19:45 uur in de Kuip Rotterdam.

Wat moet je hiervoor doen?

Kun jij aantonen dat je in de periode van **1 februari 2019 t/m nu** één of meerdere van onderstaande producten hebt ingekocht? Dan maak je kans op 2 Eredivisie kaarten!

- Lay's Paprika - 12 x 85 g
- Lay's Paprika - 20 x 40 g
- Lay's Naturel - 12 x 85 g
- Lay's Naturel - 20 x 40 g
- Lay's Bugles – 12 x 75 g
- Doritos Nacho Cheese – 12 x 85 g
- Doritos Nacho Cheese – 20 x 44 g
- Doritos Bits Twisties Honey BBQ - 30 x 40 g
- Nibb-it Sticks Naturel - 30 x 22 g

Hoe?

Stuur voor maandag 1 april 2019 een kopie van jouw inkoopfactuur naar info@ikwilqualitytime.nl. Vergeet niet het juiste adres mee te sturen waar wij de kaarten naar toe mogen sturen.

Ben jij de gelukkige winnaar?

De winnaar ontvangt zo snel mogelijk bericht en ontvangt de wedstrijdkaarten uiterlijk op de dag van de wedstrijd.



Wist je dat?

De Twix® ging eerst door het leven met de naam Raider. In Amerika heette hij al Twix®, maar in Europa vanaf 1991.

Bijna alle producten van Snickers® geschikt zijn voor vegetariërs en Halal en Kosher gecertificeerd zijn?

De letters M&M's® staan voor Mars & Murrie's. Dit zijn de achternamen van de uitvinders van de chocolade.

Aan de oorsprong van iedere HARIBO-Fruitgom staat het creatieve idee van een productontwerper. En dat is op de eerste plaats handwerk: ieder nieuw snoepje van HARIBO wordt eerst met de hand als schets op papier gezet.

RECEPT:

Pizza toasts

Heb je nog een paar oude boterhammen liggen? Gooi ze dan niet weg maar maak bijvoorbeeld deze super lekkere en simpele pizza toasts/broodjes. Beleg de boterhammen bijvoorbeeld met cherrytomaatjes, Italiaanse kruiden, tomatenpuree en rode ui. Maar je kunt ook kiezen voor andere lekkere ingrediënten.

Recept voor circa 3 pizza toasts

Tijd: 10 min. + 6-8 min. in de oven

Benodigdheden:

- 1 blikje tomatenpuree (70 gr)
- stuk of 10 cherrytomaatjes
- halve rode ui
- Italiaanse kruiden (halve tl per broodje)
- geraspte kaas
- 3 boterhammen (of andere broodjes)

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200 graden. Snipper de rode ui en snijd de cherrytomaatjes in vieren. Smeer de boterhammen in met een laagje tomatenpuree. Verdeel hier de wat Italiaanse kruiden, rode ui, cherrytomaatjes en geraspte kaas overheen. Leg de pizza toast op een bakplaat met bakpapier. Bak de pizza toast circa 6-8 minuten in de oven. Uiteraard kun je je pizzaatje ook beleggen met andere ingrediënten zoals salami, ham, paprika, courgette of ananas. Net wat jij lekker vindt, of wat je nog in huis hebt.



Ons spaarassortiment:

Haribo

- Maomix - doos 30 x 70 g
- Starmix - doos 30 x 75 g
- Kindermix - doos 30 x 75 g
- Pinballs - doos 30 x 70 g
- Tangfastics - doos 30 x 70 g
- Bananen - doos 30 x 75 g

Lay's

- Lay's Paprika - doos 12 x 85 g
- Lay's Paprika - doos 20 x 40 g
- Lay's Naturel - doos 12 x 85 g
- Lay's Naturel - doos 20 x 40 g
- Lay's Bugles - doos 12 x 75 g
- Doritos Nacho Cheese - doos 12 x 85 g
- Doritos Nacho Cheese - doos 20 x 44 g
- Doritos Bits Twisties Honey BBQ - doos 30 x 40 g
- Nibb-it Sticks Naturel - doos 30 x 22 g

M&M's®

- M&M's® Choco - showdoos 24 x 45 g
- M&M's® Pinda - showdoos 24 x 45 g
- Maltesers® - showdoos 25 x 37 g
- Mars® - showdoos 32 x 51 g
- Snickers® - showdoos 32 x 50 g
- Twix® - showdoos 25 x (2 x 25 g)

M&M's® en Snickers® Ice Cream

- Snickers® Ice Cream - showdoos 24 x 66 g
- M&M's® pinda icestick - showdoos 25 x 60 g

BE-KIND®

- BE-KIND® Single Dark Chocolate Nuts & Sea Salt - 12 x 40 g
- BE-KIND® Single Caramel Almond & Sea Salt - 12 x 40 g

Riedel

- Appelsientje Appel Troebel 0,2L FL RV KR24
- Appelsientje Appelsap Professioneel
- Appelsientje Goudappel 0,25L PET TR24

- Appelsientje Goudappel 0,4L PET SH12
- Appelsientje Mild Sinaasappel
- Appelsientje Multi Vitamientje 0,2L FL RV KR24
- Appelsientje Multi.Vitam.Oranje Vr. 0,25L PET TR24
- Appelsientje Multi.Vitam.Oranje Vr. 0,4L PET SH12
- Appelsientje Sinaasappel 0,25L PET TR24
- Appelsientje Sinaasappel 0,2L FL RV KR24
- Appelsientje Sinaasappel 0,4L PET SH12
- Appelsientje Sinaasappel Professioneel
- Appelsientje Zontomaatje 0,2L FL RV KR24
- Appelsientje Zwarte bes
- CoolBest Premium orange
- Coolbest Smoothie Aardb-Sin-Ban 0,25L PET TR6
- Coolbest Smoothie Framb Bl. Bes 0,25L PET TR6
- Coolbest Smoothie Mango-pass 0,25L PET TR6
- DubbelFriss Appel-Perzik 0,275L PET TR24
- DubbelFriss Appel-Perzik 0,5L PET TR12
- DubbelFriss Framboos-Cranberry 0,275L PET TR24
- DubbelFriss Framboos-Cranberry 0,5L PET TR12
- DubbelFriss Ananas & Mango
- DubbelFriss Appel & perzik
- DubbelFriss Appel & perzik light
- DubbelFriss Appel & zwarte bessen
- DubbelFriss Framboos & cranberry
- DubbelFriss Sinaasappel & Mandarijn
- DubbelFriss Witte druiven & citroen
- DubbelFriss Witte druiven & Citroen light
- Extran Energy Cranberry 0,33L PET TR24
- Extran Energy Orange 0,33L PET TR24
- Extran Hydro Citrus 0,33L PET TR24
- Extran Hydro Lemon Ice 0,33L PET TR24
- Taksi Exotisch Fruit
- Taksi Exotisch Fruit (geen suiker toegevoegd)
- Taksi Sinaasappel
- Taksi Tropisch Fruit
- Taksi Tropisch Fruit (geen suiker toegevoegd)

Dingen die je nog niet wist over zwemmen.

Wist je dat...

- In Libië een aantal rotsschilderingen van zwemmers werden teruggevonden die dateren van 8000 jaar geleden?
- Pindanoten een zeer goede energiebron zijn voor zwemmers? Let echter op met kleine kinderen. Pindanoten houden grote risico's in voor verstikking en allergieën.
- 50% van alle topzwemmers last hebben van hun schouders?
- Hoe korter je haar is, hoe sneller je zwemt omwille van de verminderde wrijving?
- Zwemmen een Olympische discipline is sinds 1896?
- Zwemmen meer calorieën verbrandt dan fietsen of wandelen? Een uur baantjes trekken verbrandt tot maar liefst 650 calorieën!
- Tijdens de Olympische spelen wordt gezwommen in zwembaden van 50 meter? Ter info: een gemiddeld publiek zwembad is 25 meter lang.
- De meeste competitiezwemmers 4 à 5 uur per dag trainen gedurende 5 à 7 dagen per week?
- De naam 'schoolslag' afkomstig is van het feit dat dit de eerste zwemslag was die op school werd aangeleerd?
- Zwemmen stress reduceert
- De hoeveelheid speeksel die een persoon in zijn leven produceert, voldoende is om twee zwembaden te vullen?
- Amerikaans onderzoek uitwees dat 1 op 5 mensen wel eens in het zwembad plast?
- Hoe sterker een zwembad naar chloor ruikt, hoe groter de verontreiniging er is?
- Het dragen van een zwemshort het water vier keer meer bevuilt dan een gewone zwembroek?



www.ikwilqualitytime.nl

Iedere maand brengen we een editie uit van dit magazine. Heb je suggesties, vragen of opmerkingen?

Mailen naar: info@ikwilqualitytime.nl of bel: **085-0290056**