



Boks Clinic van meester Abdoel 7 januari 2022

Misschien dat nog niet alle kinderen dit weten, maar meester Abdoel heeft een passie voor boksen!

Zo is meester Abdoel vaak in de ochtend (voordat hij moet beginnen op het Hopje) al flink aan het trainen. Hij vindt het heerlijk om zich even lekker in het zweet te werken en zo de dag goed en gezond te beginnen.

Bij de start van de werkdag bij de hopjes zijn dan ook vaak zijn eerste woorden dat hij die ochtend weer heerlijk heeft getraind en of hij nog, of al een beetje spierpijn heeft van de vorige keren.

Dit draagt hij graag ook naar buiten uit. Dit blijkt uit de clinic die hij op 7 januari spontaan zelf gaf. Zo pakte hij de stootkussens uit het hopje en liep ermee naar de kinderen op het plein. Deze sprak hij aan en even later waren ze een voor een bezig met oefeningen op de stootkussens. Hierbij gaf meester Abdoel natuurlijk tips en aanwijzingen. Dit was erg leuk om te zien!

Een gezonde en actieve levensstijl is erg belangrijk!
Wij hopen dit dan ook door te kunnen geven aan de kinderen in de wijk.

