**Teksten en informatie website**

1. Algemene info : Sport bij mark Sluis Training / Wie ben ik / Diploma´s
2. Weerbaarheidstraining 5-12 jaar;
3. Weerbaarheidstraining 13+ - Buddy systeem;
4. Keepers en voetbaltraining;
5. Peutervoetbal feest
6. Fit door Voetbal
7. Reviews
8. Info contact formulier ?

**Sporten bij Mark Sluis training**

Trainen bij Mark Sluis Training is speciaal omdat plezier voorop staat, ongeacht leeftijd of niveau. De trainingen bieden:

* Individuele aandacht – Persoonlijke begeleiding om het beste uit jezelf te halen.
* Succeservaringen – Focus op kleine én grote overwinningen, zodat je met zelfvertrouwen groeit.
* Persoonlijke ontwikkeling – Niet alleen als sporter, maar ook als mens.
* Toegankelijk voor iedereen – Of je nu net begint of al gevorderd bent, er is altijd ruimte om te leren en te genieten.

Hier draait het om méér dan alleen trainen—het is een plek waar je groeit en met plezier sterker wordt!   
  
Quote   
"Bij Mark Sluis Training ben je aan het juiste adres voor peutervoetbal, bootcamp, kinderfeestjes, weerbaarheidstraining, workshops en nog veel meer – alles voor een actieve en plezierige ontwikkeling!"  
  
Quote  
"Mijn visie is een wereld waarin ieder kind de kans krijgt om zich op een gezonde, gelukkige en zelfverzekerde manier te ontwikkelen." Door het aanbieden van diverse programma’s die beweging, creativiteit en sociale vaardigheden combineren, wil ik kinderen helpen hun volledige potentieel te ontdekken en te ontwikkelen in een ondersteunende en stimulerende omgeving."

**Wie ben ik?**

Ik ben Mark Sluis, 37 jaar en woon samen met mijn vrouw en zoon in het mooie Doorn. Ik ben afgestudeerd als pedagogisch medewerker (SPW = Sociaal Pedagogisch Werk) en heb lang in de gehandicaptenzorg gewerkt. Ik heb meer dan 12,5 jaar in de kinderopvang gewerkt.

Quote 3

"Mijn missie is om kinderen op een speelse en uitdagende manier te laten groeien, zowel fysiek als mentaal." Ik bied een breed scala aan activiteiten die de zelfvertrouwen, motorische vaardigheden en sociale interactie bevorderen, zodat elk kind zich op zijn eigen tempo kan ontwikkelen en plezier kan beleven aan leren en bewegen."

**Diploma´s**

2025 Bootcamptrainer   
2024 Boksend opvoeden BASIS

2023 Rots & Water Jongeren met een verstandelijke beperking  
2023 Keepers deelstage FC Utrecht   
2022 Uefa C Jeugd  
2021 ASM Instructeur Brede Motorische Ontwikkeling

2021 Creatief Bewegen met peuters en kleuters

2019 Pupillen trainer

2019 Jeugdvoetbal Trainer Coach

2015 Rots & Water basisschool breed  
2013 Rots & Water basistraining  
2009 Sociaal Pedagogisch werker niveau 4

**Weerbaarheidstraining 5-12 jaar**

**Wat is Rots & Watertraining?**

Het is een psychofysieke training, waarin kinderen leren zich onafhankelijk op te stellen en eigen keuzes te maken (Rots), maar ook om met anderen samen te werken, te spelen en te leven (Water). Afhankelijk van de situatie leert het kind voor een rots- of waterhouding te kiezen.

**Wat is boksend opvoeden?**

In een "boksend opvoeden" programma leren kinderen niet alleen de basisvaardigheden van boksen, zoals stoten en verdedigingstechnieken, maar ook belangrijke levensvaardigheden zoals zelfvertrouwen, doorzettingsvermogen en het vermogen om met uitdagingen om te gaan. Het doel is om kinderen te helpen zelfverzekerder en sterker te worden, zowel fysiek als mentaal, zodat ze beter kunnen omgaan met stress, druk en conflictsituaties.

**Thema's**

Doordat de thema's zelfbeheersing, zelfreflectie, zelfvertrouwen en in actie kunnen en durven komen spelenderwijs worden aangeboden, alsmede met elkaar verbonden worden, spreekt het rots en waterprogramma ook wel over de gouden driehoek, die bestaat uit:

-Lichaamsbewustzijn;

-Emotioneel bewustzijn;

-Zelfbewustzijn.

**Rots en Water & Boksend opvoeden**

https://www.rotsenwater.nl/onderzoeken/effectiviteit-rots-en-water-in-het

https://www.boksendopvoeden.nl/erkend-goed-beschreven-vo/

**Groepstraining**

De Rots & Water groepstraining is een uitgebreide aanpak voor persoonlijke ontwikkeling, waarbij fysieke activiteit wordt gecombineerd met emotioneel en sociaal leren om individuen van alle leeftijden te helpen een stevige basis van zelfvertrouwen, aanpassingsvermogen en interpersoonlijke vaardigheden op te bouwen.

Zelfvertrouwen (Rots): Dit aspect legt de nadruk op vastberadenheid, grenzen stellen en voor jezelf opkomen. Het leert deelnemers assertief te zijn en hun positie te behouden in uitdagende situaties.

Flexibiliteit (Water): Dit aspect legt de nadruk op aanpassingsvermogen, empathie en effectieve communicatie. Het richt zich op meebewegen met situaties, begrip tonen voor anderen en het vinden van gezamenlijke oplossingen.  
  
**Individuele weerbaarheids training in combinatie met voetbal**

Ik integreer voetbal en keepers oefeningen waarbij het welbevinden en persoonlijke groei centraal staat. De oefeningen richten zich op zelfbeheersing, kracht en concentratie. Dit kan helpen bij het verbeteren van de focus en het vermogen om onder druk te presteren. Tijdens de oefeningen reflecteren we continu op wat er gebeurt. Het doel is om een omgeving te creëren waarin deelnemers niet alleen hun voetbalvaardigheden verbeteren, maar ook werken aan persoonlijke groei. Ik let vooral op non-verbale communicatie tijdens de oefeningen. Dit geeft mij aanwijzingen over wat er in iemand omgaat zelfs wanneer dit niet expliciet wordt geuit. Ik stel open vragen van wat ik observeer, dit helpt de deelnemers zich bewust te worden van hun eigen lichaamstaal en innerlijke emoties, dit leidt tot reflecties en inzichten.

Het is fascinerend om te zien hoe beweging kan helpen bij het leggen van die verbinding tussen het denken (hoofd) en het voelen (hart), vooral bij jongens. Door fysieke activiteiten te integreren, kunnen jongens zich meer bewust worden van hun lichaam en hun gevoelens. Dit kan hen helpen om emoties te begrijpen en te uiten, stress te verminderen en zelfs hun vermogen tot empathie en sociale verbinding te vergroten.

**Algemene informatie**

* Kosten individueel : 70 euro per training;
* Groepstraining: N.T.B.
* Locatie: N.T.B.
* Trainingsduur: 1 uur (korter mogelijk);
* Trainingsdagen : Woensdagmiddag, vrijdagmiddag, zondag overdag.

**Weerbaarheidstraining 13+ - Buddy systeem**

Een buddy-systeem voor pubers op het voetbalveld, Een buddy-systeem werkt goed voor pubers omdat het hen helpt sociaal en emotioneel te groeien. Hoe gaat het in zijn werk?

1. Sociale steun

- Pubers vinden het vaak fijn om zich gesteund te voelen.

1. Meer zelfvertrouwen

- Door een mentor- of maatjesrol te vervullen, ontwikkelen pubers zelfvertrouwen en verantwoordelijkheid.

.

1. Emotionele veiligheid

-Pubers maken veel emotionele veranderingen door. Een buddy kan een vertrouwenspersoon zijn om mee te praten over problemen of stress.

Voorbereiding en oudercontact:

- Voor de training een kort overleg met ouders over eventuele uitdagingen of aandachtspunten (denk aan zelfvertrouwen, omgaan met tegenslagen, motivatieproblemen).

- Ouders kunnen input geven over hoe hun kind zich voelt en waar extra begeleiding nodig is.

**Algemene informatie**

* Kosten : 70 euro per training;
* Locatie: DEV Doorn;
* Trainingsduur: 1 uur (korter mogelijk);
* Trainingsdagen : Woensdagmiddag, vrijdagmiddag, zondag overdag.

**Voetbaltraining / keeperstraining**

Wil jij je techniek, reactievermogen, coördinatie, snelheid of spelinzicht naar een hoger niveau tillen? Bij Mark Sluis Training krijg je persoonlijke en doelgerichte voetbaltraining, volledig afgestemd op jouw ontwikkelingsbehoeften. Of je nu een jeugdspeler bent die zijn basisvaardigheden wil verfijnen of een ambitieuze voetballer die op topniveau wil presteren, onze individuele trainingen helpen je om het maximale uit jezelf te halen.

Met gerichte oefeningen, professionele begeleiding en aandacht voor zowel fysieke als mentale aspecten van het spel, zorgen wij ervoor dat jij sterker, sneller en slimmer op het veld wordt. Zet vandaag nog de stap naar een betere versie van jezelf en train op een manier die écht resultaat oplevert!

🔹 Persoonlijke aandacht  
🔹 Specifiek afgestemde oefeningen  
🔹 Professionele begeleiding

**Plezier en zelfvertrouwen –** Kinderen krijgen de kans om in een ontspannen setting te trainen zonder de druk van een team. Hierdoor kunnen ze experimenteren, fouten maken en groeien zonder angst om beoordeeld te worden.

**Techniekverbetering –** Door gerichte oefeningen kunnen kinderen hun balcontrole, dribbels, schoten en passes verfijnen. Dit helpt hen om technisch vaardiger te worden, wat hen in wedstrijden een voorsprong geeft.

**Individuele aandacht –** In teamtrainingen krijgen spelers vaak minder persoonlijke begeleiding. Bij individuele training kan de trainer zich volledig focussen op de sterke en zwakke punten van het kind, waardoor de vooruitgang sneller gaat.

**Veel balcontacten –** In een teamtraining raakt een speler de bal maar een beperkt aantal keren. Bij individuele training wordt er intensiever gewerkt met de bal, waardoor de speler sneller vooruitgang boekt in techniek en balbeheersing.

**Maatwerk en ontwikkeling –** De training kan worden afgestemd op de behoeften van het kind. Of het nu gaat om snelheid, wendbaarheid, schieten of spelinzicht, alles kan op maat worden aangeboden.

**Meer zelfdiscipline en focus –** Individuele trainingen stimuleren kinderen om zelfstandig te werken aan hun ontwikkeling, wat niet alleen in voetbal maar ook in andere aspecten van het leven van pas komt.

**Algemene informatie**

* Kosten : 5 trainingen voor 250 euro;
* Locatie: DEV Doorn;
* Trainingsduur: 1 uur;
* Trainingsdagen : Woensdagmiddag, vrijdagmiddag, zondag overdag. **Peutervoetbal feest**

Peutervoetbal: Samen Groeien door Beweging!

Welkom bij onze Peutervoetbal-activiteiten, waar plezier, beweging en de brede motorische ontwikkeling van jouw kind centraal staan! Bij ons draait alles om het ontwikkelen van de fysieke, sociale en cognitieve vaardigheden van peuters, en dit alles met een actieve rol voor ouders. Samen maken we van sporten een ontdekkingsreis vol plezier en groei!

Waarom Peutervoetbal?

Peutervoetbal is de perfecte manier voor jonge kinderen om hun eerste stappen te zetten in de wereld van beweging en sport. Tijdens onze sessies werken we niet alleen aan de fijne en grove motoriek, maar stimuleren we ook de sociale interactie en het zelfvertrouwen van jouw kind. En wat het nog beter maakt: ouders zijn actief betrokken bij het hele proces!

Ouders als Spelmaatje

Jij als ouder speelt een belangrijke rol in de ontwikkeling van je peuter. Door samen te bewegen, te spelen en te oefenen, bouw je een sterke band op met je kind. Je biedt niet alleen steun en aanmoediging, maar je bent ook een belangrijk voorbeeld in het leren van nieuwe bewegingen. Samen lachen, leren en groeien maakt het een unieke ervaring!

Brede Motorische Ontwikkeling

Mijn peutervoetbaltrainingen zijn ontworpen om de motorische ontwikkeling van jouw kind te bevorderen op verschillende niveaus. Van rennen, springen, balanceren, tot het leren van eenvoudige balvaardigheden – alles komt aan bod! Dit alles gebeurt op een speelse manier, waarbij de nadruk ligt op plezier en ontdekking. Dit helpt je peuter niet alleen fysiek sterker te worden, maar ook zelfverzekerder en socialer.

Door samen te oefenen en successen te behalen, groeit het zelfvertrouwen van je kind. Het gevoel van trots dat je samen bereikt, draagt bij aan hun positieve houding tegenover nieuwe uitdagingen.

Doe mee en geef je peuter een vliegende start!

Sluit je aan bij mijn peutervoetbal sessies en geef je kind de kans om te groeien door beweging. Samen bouwen we aan een gezonde, blije en zelfverzekerde toekomst voor je peuter, met plezier en betrokkenheid van jou als ouder!

**Algemene informatie**

* Kosten : 75 euro voor 6 trainingen;
* Locatie: DEV Doorn of gymzaal Beukenrode
* Trainingsduur: 45 minuten;
* Trainingsdagen : Woensdagochtend 9.15-10.00

**Kinderfeestje**

**Hoe gaat een feestje in zijn werk?**

* We zoeken eerst een geschikte datum;
* Ouders en jarige overleggen over een thema. Alles is mogelijk (zie bijlage). Dit kan een voetbalclub, voetbalspeler, tv-programma, YouTube held zijn of iets anders naar keuze;
* Ouders en jarige mogen favoriete spelletjes doorgeven;
* Hierna ga ik aan de slag met het uitwerken van het thema.

**Algemene informatie**

* De kosten voor het feestje zijn 175,- euro. Het aantal deelnemers maakt niet uit.
* Je krijgt hiervoor een feestje op locatie (DEV of Doornse gat), uitgewerkt thema en diploma´s voor alle kinderen.
* Het feestje duurt 1,5. Tussendoor is er een pauze met een vrij spelmoment. Het drinken en eventueel eten in de pauze wordt verzorgd door ouders.
* Optioneel zijn medailles voor alle deelnemers en een beker voor de jarige. Kosten hiervoor zijn 240 euro.

Mochten jullie alleen willen sporten op locatie zonder thema, diploma's en overige dan kunnen we hier een andere prijs voor afspreken.

Voor de gymzaal moeten jullie zelf informeren :

1. Steinheim : [receptie.steinheim@laco.eu](mailto:receptie.steinheim@laco.eu) of 0343 415 559
2. Beukenrode : Hier heb ik een sleutel van.

[info@beukenrodeonderwijs.nl](mailto:info@beukenrodeonderwijs.nl) of 0343-413883

1. Kameleon : Hier heb ik een sleutel van. <https://www.heuvelrug.nl/sportaccommodaties-en-velden-huren>

**Fit door voetbal**

"Fit door Voetbal is de ultieme training voor iedereen die zijn voetbalskills wil verbeteren en tegelijkertijd zijn conditie naar een hoger niveau wil tillen! Deze unieke combinatie van voetbal en bootcamp biedt de perfecte balans tussen techniek, uithoudingsvermogen en kracht. Of je nu je snelheid, kracht of lenigheid wilt versterken, Fit door Voetbal zorgt voor een uitdagende, dynamische en vooral leuke manier om fit te worden. Kom trainen, verbeter je prestaties en beleef de energie van zowel voetbal als bootcamp in één!"

Waarom Fit door Voetbal?

**Leuker en gevarieerder**: Door de afwisseling van voetbal en bootcamp blijft de training interessant en gevarieerd, wat helpt om motivatie hoog te houden en verveling te voorkomen.

**Plezier en sociale interactie**: Beide activiteiten zijn sociaal en leuk, waardoor je niet alleen fysiek sterker wordt, maar ook nieuwe mensen ontmoet en plezier hebt tijdens de training.

**Algemene informatie**

* Kosten : 125 euro voor een 10 rittenkaart
* Locatie: DEV Doorn
* Trainingsduur: 1 uur
* Trainingsdagen : Woensdagavond 19.00-20.00

**Workshops Scholen en kinderopvang**

"Mark Sluis Training biedt op maat gemaakte workshops en ondersteuning voor scholen, kinderopvang en onderwijsinstellingen. Of het nu gaat om het versterken van de groepsdynamiek, extra bewegingsonderwijs, het bevorderen van weerbaarheid of het bieden van praktische oplossingen voor lastige klassen.

Ik zorg voor **meer beweging**, wat bijdraagt aan de fysieke gezondheid van kinderen, en ondersteunen tegelijkertijd de **sociaal-emotionele ontwikkeling**. Door deze workshops en trainingen verbeter ik de **groepsdynamiek**, stimuleren ik **samenwerking** en **weerbaarheid**, en help ik kinderen met het ontwikkelen van belangrijke vaardigheden die hen helpen om zelfverzekerd en sociaal vaardig te zijn. Of het nu gaat om een energieke bootcamp, een voetbaltraining of een weerbaarheidssessie, ik zorg voor een positieve, leerzame en plezierige ervaring die de groei van kinderen bevordert!"

Neem vrijblijvend contact op!

**Reviews**

Mijn zoon is altijd met veel plezier naar de rots&water training geweest. Er werd veel bewogen buiten en ondertussen groeide zijn zelfvertrouwen door de fijne aanpak van Mark! (N.Boon).

Al jaren volgen wij diverse trainingen van Mark. Zijn trainingen zijn variërend, leerzaam en erg goed opgebouwd. Naast de erg goede trainingen en lessen is Mark als mens heel prettig om mee te werken. Hij daagt je uit, motiveert en doet dit elke keer met vol enthousiasme en met 100% inzet. (J. van der Heide).

Bij Mark Sluis training & ontwikkeling kan je heel specifiek trainen en zal je binnen jou traject super goed begeleid worden. Als eerste echte klant van Mark kan ik met veel enthousiasme zeggen dat ik altijd top heb getraind, van keeperstrainingen, tot krachttrainingen in de zomerstop om fit te blijven en zelfs zo specifiek kunnen trainen dat ik vanuit de positie als keeper beter wilde worden in voetballen en we daarop getraind hebben. Mark heeft een positieve manier van coachen en begeleiden, ook motiveert hij je het beste uit jezelf te halen.

Febe Copier

Ons gezin maakt al jarenlang gebruik van Mark zijn diensten. Onze zoon heeft zowel individueel als in groepsverband Rots en Water training gevolgd. Mark heeft een magische uitwerking op kinderen. Zijn empathisch vermogen zorgt ervoor dat kinderen zich enorm bij hem op hun gemak voelen. Ze durven zich bij hem bloot te geven en vertrouwen hem volledig. Met dit vertrouwen gaat hij heel goed om en hij weet als hij geen ander bepaalde doelen samen met het kind te bereiken. Ik heb zelf ook meerdere malen deelgenomen aan zijn fit door voetbalprogramma. Zijn enthousiasme, variëteit aan oefeningen en gedrevenheid zorgen ervoor dat elke sporter (ongeacht het niveau) zich naar hartenlust kan uitleven. (C Polak).

Lieve Mark,

Duizendmaal dank is niet genoeg omdat wat jij Wietse en ons hebt geleerd. Het is onbetaalbaar en voor het leven. De eerste keer zag ik pas hoe groot je was. Ik was daarom ook diep geroerd dat je iedere keer door je knieën ging voor Wietse, om zo op ooghoogte te zijn. Ik heb genoten van jouw lessen, zo aan de zijlijn kon ik het zo mooi volgen op afstand. Ik werk als poh. GGZ en ik vond het zo leerzaam. Je hebt een groot talent Mark. Ik kan me zo voorstellen dat mijn dochter jouw kant op komt.

Voetbaltraining: Mark zorgt ervoor dat Thomas altijd dat stapje verder zet, waarvan hij dacht dat het niet haalbaar was. Dit heeft ervoor gezorgd dat Thomas enorm veel zelfvertrouwen heeft ontwikkeld, zowel in het voetbal als in het dagelijks leven. Daarnaast heeft Thomas een enorme ontwikkeling op het gebied van voetbal doorgemaakt. Mark geeft hem vertrouwen, reflecteert en zorgt ervoor dat hij niet opgeeft! Wat een kanjer!!! (Moeder Thomas)

Onze oudste traint sinds december 2023 met ongelofelijk veel plezier bij Mark. Of je nu een voetbalvirtuoos bent of niet, dat maakt allemaal niet uit bij Mark. Iedereen is welkom! Mark’s kunde, enthousiasme en positieve insteek stralen ervan af en werken aanstekelijk. Wij krijgen altijd een vrolijk mannetje terug die ook voetbaltechnisch iedere training zichtbaar groeit. Niet twijfelen papa’s en mama’s en voetballende kids en volwassenen! Lekker trainen bij Mark! (Moeder)

Keeperstraining: 3 jaar geleden, toen Mark net zijn bedrijf had opgestart, ben ik begonnen bij hem te trainen. Persoonlijke 1 op 1 keeperstraining. Kracht, uithoudingsvermogen en wedstrijd situaties verbeteren. Nadat ik mijn kruisband had afgescheurd, heeft Mark mij geholpen om weer het vertrouwen in keepen terug te krijgen. Het is een man met passie en dat voel je ook tijdens de trainingen. Je geeft je hoe je je dan ook altijd 100%. (Liza)

**Info Contact formulier inschrijving diensten: of inschrijf ?**

**Inschrijfformulier - Mark Sluis Training**

*Vul het onderstaande formulier in om je in te schrijven voor onze activiteiten. Wij nemen zo snel mogelijk contact met je op om je inschrijving te bevestigen.*

### **Persoonlijke Gegevens**

**Volledige naam**:  
**Geboortedatum**  
**Adres**:  
**Postcode**:  
**Woonplaats  
Telefoonnummer**:  
**E-mailadres**:

### **Activiteit Keuze**

*Selecteer de activiteit waarvoor je je wilt inschrijven (meerdere opties mogelijk)*:

* **Peutervoetbal**
* **Bootcamp**
* **Voetbaltraining**
* **Weerbaarheidstraining**
* **Workshop (specificeer)**: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* **Kinderfeestje**
* **Andere (specificeer)**: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### **Gezondheid en Medische Gegevens**

*Indien van toepassing, vul hieronder je medische informatie in die relevant is voor deelname aan de activiteit.*

**Heeft u of uw kind medische aandoeningen waar wij van op de hoogte moeten zijn?**

* Ja
* Nee

**Zo ja, graag specificeren**:

**Gebruik je medicijnen die invloed kunnen hebben op deelname?**

* Ja
* Nee

**Indien ja, graag specificeren**:

### **Ouder/Verzorger Informatie (Indien van toepassing)**

*Voor minderjarige deelnemers is toestemming van een ouder of verzorger vereist.*

**Naam ouder/verzorger**:

**Telefoonnummer ouder/verzorger**:

**E-mailadres ouder/verzorger**:

### **Betaling**

**Betalingsmethode**:

* iDEAL
* Bankoverschrijving
* Contant

### **Toestemmingen en Verklaringen**

**Toestemming voor gebruik van foto’s en video’s** *Tijdens de activiteiten kunnen foto’s en video’s worden gemaakt voor promotionele doeleinden.*

* Ik geef toestemming voor het gebruik van foto’s en video’s waarin ik/ons kind te zien is.
* Ik geef geen toestemming voor het gebruik van foto’s en video’s.

**Akkoord met algemene voorwaarden**

* Ik ga akkoord met de algemene voorwaarden van Mark Sluis Training

**Algemene Regels en Voorwaarden - Mark Sluis Training & Ontwikkeling**

1. **Algemeen** 1.1 Deze algemene regels en voorwaarden zijn van toepassing op alle activiteiten, diensten en producten die worden aangeboden door Mark Sluis Training.  
    1.2 Door deelname aan de activiteiten van de aanbieder gaat de klant akkoord met deze voorwaarden.
2. **Inschrijving en Betaling** 2.1 Deelname aan trainingen, evenementen of workshops vereist voorafgaande inschrijving.  
    2.2 Betaling voor diensten dient voorafgaand aan de activiteit te worden voldaan, tenzij anders overeengekomen.  
    2.3 Betalingen kunnen plaatsvinden via de door de aanbieder aangegeven methoden (bijvoorbeeld iDEAL, bankoverschrijving, contant).
3. **Annulering en Terugbetalingen** 3.1 Klanten kunnen hun inschrijving voor een training, workshop of evenement tot 24 uur voor aanvang annuleren zonder kosten.  
    3.2 Bij annulering binnen 24 uur voor aanvang wordt geen terugbetaling verstrekt, tenzij sprake is van overmacht of uitzonderlijke omstandigheden.  
    3.3 De aanbieder behoudt zich het recht voor om trainingen of evenementen te annuleren. In dat geval ontvangt de klant een volledige terugbetaling of de mogelijkheid om een andere datum te kiezen.
4. **Gezondheid en Veiligheid** 4.1 Deelname aan de activiteiten van de aanbieder is op eigen risico. Klanten zijn verantwoordelijk voor hun eigen gezondheid en welzijn.  
    4.2 Klanten dienen vooraf te melden als zij medische aandoeningen hebben die invloed kunnen hebben op hun deelname aan de activiteiten.  
    4.3 De aanbieder is niet aansprakelijk voor schade, blessures of verlies van persoonlijke bezittingen, tenzij door opzet of grove nalatigheid.
5. **Gedrag en Respect** 5.1 Klanten worden geacht zich respectvol en sportief te gedragen tijdens alle activiteiten.  
    5.2 De aanbieder heeft het recht om deelnemers die zich misdragen of de groepsdynamiek verstoren, de toegang tot de activiteit te ontzeggen zonder recht op restitutie.
6. **Leeftijdsbeperkingen** 6.1 De activiteiten van de aanbieder kunnen specifieke leeftijdsbeperkingen hebben. Klanten moeten zich aan deze beperkingen houden, tenzij anders overeengekomen met de aanbieder.  
    6.2 Voor minderjarige deelnemers dient een ouder of voogd toestemming te geven voor deelname.
7. **Verantwoordelijkheid en Schade** 7.1 De klant is verantwoordelijk voor het naleven van de regels van de aanbieder en het correct volgen van aanwijzingen van trainers en medewerkers.  
    7.2 Klanten die schade aan eigendommen van de aanbieder veroorzaken, kunnen aansprakelijk worden gesteld voor de kosten van herstel of vervanging.
8. **Gebruik van Foto’s en Video’s** 9.1 De aanbieder kan foto's en video's maken tijdens de activiteiten voor promotionele doeleinden.  
    9.2 Indien klanten niet gefotografeerd of gefilmd willen worden, kunnen zij dit vooraf kenbaar maken aan de aanbieder.
9. **Wijziging van Voorwaarden** 10.1 De aanbieder behoudt zich het recht voor om deze algemene voorwaarden op elk moment te wijzigen.  
    10.2 Wijzigingen zullen tijdig aan de klanten worden meegedeeld via de beschikbare kanalen (bijv. e-mail, website).
10. **Toepasselijk Recht en Geschillen** 11.1 Op deze algemene voorwaarden is het Nederlandse recht van toepassing.  
     11.2 Geschillen tussen de aanbieder en de klant worden bij voorkeur in onderling overleg opgelost. Indien dit niet lukt, kan het geschil worden voorgelegd aan de bevoegde rechter in Nederland.

**Contactinformatie**Mark Sluis Training & Ontwikkeling  
0642266609

**Privacybeleid -Mark Sluis Training**

Bij [Naam Sportbedrijf] nemen we de privacy van onze klanten serieus. In dit privacybeleid leggen we uit hoe we persoonlijke gegevens verzamelen, gebruiken, bewaren en beschermen. We raden je aan om dit privacybeleid zorgvuldig door te lezen om te begrijpen hoe wij met jouw gegevens omgaan.

### **1. Welke gegevens verzamelen wij?**

Wij verzamelen persoonlijke gegevens die je zelf verstrekt wanneer je je inschrijft voor een activiteit, een workshop boekt, of contact met ons opneemt. De gegevens die we kunnen verzamelen, zijn onder andere:

* Naam
* Geboortedatum
* Adres
* E-mailadres
* Telefoonnummer
* Medische gegevens (indien van toepassing)
* Betalingsgegevens
* Informatie over je deelname aan onze activiteiten

### **2. Waarom verzamelen wij deze gegevens?**

We verzamelen je persoonlijke gegevens om de volgende redenen:

* Om je in te schrijven voor de door jou gekozen activiteiten en om de uitvoering van deze activiteiten te organiseren.
* Om betalingen te verwerken en administratie bij te houden.
* Om je op de hoogte te houden van wijzigingen in onze activiteiten, planning of voorwaarden.
* Om te reageren op vragen of verzoeken die je indient.
* Voor marketingdoeleinden, mits je hiervoor toestemming hebt gegeven (bijvoorbeeld om je uit te nodigen voor andere relevante activiteiten).

### **3. Hoe gebruiken wij je gegevens?**

We gebruiken je gegevens voor de volgende doeleinden:

* Verwerking van inschrijvingen en betalingen.
* Communicatie met jou over je deelname aan onze activiteiten.
* Het versturen van e-mailupdates, nieuwsbrieven of andere berichten die relevant kunnen zijn voor jouw deelname.
* Het verbeteren van onze diensten door middel van feedback en statistieken.
* Het naleven van wettelijke verplichtingen, zoals belastingwetgeving en boekhoudplicht.

### **4. Hoe lang bewaren wij je gegevens?**

Wij bewaren je gegevens zo lang als nodig is voor de doeleinden waarvoor ze zijn verzameld. Gegevens die we nodig hebben voor administratieve en wettelijke verplichtingen (bijv. belastingaangiften) worden gedurende de wettelijk verplichte termijn bewaard. Gegevens die we voor marketingdoeleinden gebruiken, worden bewaard totdat je je uitschrijft voor onze berichten.

### **5. Jouw rechten**

Je hebt het recht om je persoonlijke gegevens in te zien, te corrigeren, bij te werken of te verwijderen. Als je een vraag hebt over hoe wij je gegevens verwerken, of als je gebruik wilt maken van één van je rechten, kun je contact met ons opnemen via de contactgegevens hieronder.

* **Recht op inzage**: Je hebt recht op inzage in de persoonlijke gegevens die we van je hebben.
* **Recht op rectificatie**: Je hebt recht om onjuiste of onvolledige gegevens te laten corrigeren.
* **Recht op verwijdering**: Je hebt het recht om je gegevens te laten verwijderen, tenzij we wettelijk verplicht zijn ze langer te bewaren.
* **Recht op bezwaar**: Je kunt bezwaar maken tegen de verwerking van je gegevens, vooral als we je gegevens gebruiken voor marketingdoeleinden.

### **6. Cookies en trackingtechnologieën**

Onze website kan gebruik maken van cookies en andere technologieën om het gebruik van de website te analyseren en je ervaring te verbeteren. Je kunt cookies weigeren door je browserinstellingen aan te passen, maar dit kan invloed hebben op de functionaliteit van de website.

### **7. Wijzigingen in dit privacybeleid**

We behouden ons het recht voor om dit privacybeleid op elk moment te wijzigen. Eventuele wijzigingen worden op onze website gepubliceerd. We raden je aan om dit privacybeleid regelmatig te raadplegen om op de hoogte te blijven van eventuele updates.

### **8. Contactinformatie**

Als je vragen hebt over dit privacybeleid of als je gebruik wilt maken van je rechten, kun je contact met ons opnemen via de volgende gegevens:

**[Naam Sportbedrijf]** Adres: [Adres]  
 Telefoon: [Telefoonnummer]  
 E-mail: [E-mailadres]  
 Website: [Website URL]