NIEUWSBRIEF

NVOC "De Lage Landen" Moraira

Einde seizoen in zicht

Nu we in mei zijn aanbeland staan er nog maar weinig activiteiten gepland. Met de zomer in aantocht vertrekken vele van onze leden richting moederland, om daar in koelte en rust de warme maanden door te brengen. Hoe anders liep dat vorig jaar!

U ziet ook dat in het boekje vooral verslagen van reeds afgelopen activiteiten zijn opgenomen. Kijk vooral ook op de website om de uitgebreidere verslagen te lezen en te genieten van de vele foto's!

In dit nummer o.a.

Verslagen clubreis naar Malaga

Verslag bridgereis naar Almagro

Verslag Koningsdag

Verslag Koken met een glimlach

De Bridgereisbestemmingen

en nog veel meer!

Mei 2019

Uw Nederlandse aan- en verkoop-
makelaar met ruim 35 jaar ervaring
in Spaans onroerend goed

Buenaventura Villas

Ctra. Moraira – Calpe, 27
Edificio "Vistalmar"
03724 Moraira – Teulada

Tel./Fax: 96 649 03 85

info@buenaventuravillas.com
www.buenaventuravillas.com

PETER EN BOB CROUGHS

CEPI

C.E.I.

Ons kantoor is open van maandag t/m vrijdag van 9:30 – 13:30 uur, 's middags op afspraak.

REWIRE
YOUR
HOME

FOR JUST
1,850€
(vat not included)

SOLAR KIT
TO POWER
YOUR POOL
FILTRATION
PUMP

INSTALACIONES VERT
Carretera La Nau Plà 81 Jávea
628.870.923 & 634.302.345
instalacionesvert@gmail.com

Nederlands-Vlaamse Ontspanningsclub
"De Lage Landen"
Nieuwsbrief Mei 2019

NVOC: voor contacten met Nederlandstaligen door middel van activiteiten op allerlei terreinen.

Correspondentieadres:
NVOC "De Lage Landen"
Buzón T 733
03724 Moraira-Teulada
Spanje

Bezoekadres:
El Corregidor
Calle Bérdica 1
03726 Benitachell
Spanje

Routebeschrijving:

Vanaf Moraira en Teulada rijdt u via de Ctra. Moraira-Benitachell richting de Mercadona. Nog voordat u bij de Mercadona bent, ziet u aan uw rechterhand Clinica Asistel en direct daarna slaat u rechtsaf de Urbanisatie Villotel in. Na de tweede verkeersdrempel direct linksaf slaan. U ziet aan het einde van de weg het clubgebouw liggen.

Vanaf Javea en Benitachell rijdt u richting de Mercadona via de Ctra. Moraira-Benitachell. Bij de rotonde voor de Mercadona rijdt u rechtdoor en u ziet al spoedig de ingang van de Urbanisatie Villotel aan uw linkerhand. Daar slaat u linksaf de Urbanisatie in. Na de tweede verkeersdrempel direct linksaf slaan. Aan het einde van de weg ziet u het clubgebouw liggen.

Internet:	http://www.nvoc-delagelanden.com
E-mail:	info@nvoc-delagelanden.com
Lidmaatschap:	Aspirant leden kunnen zich aanmelden bij de gastvrouwen of de penningmeester.
Contributie:	De contributie voor 2019 is vastgesteld op € 85,00 per persoon. Bankrekening: IBAN: ES05 0081 0674 6300 0138 6544 BIC: BSABESBB
Colofon:	Deze nieuwsbrief verschijnt 9× per jaar en ligt steeds voor u klaar in ons clubgebouw. Vanaf januari 2006 zijn alle nieuwsbrieven digitaal gearchiveerd op onze website en deze kunnen daar onbeperkt worden geraadpleegd.
Redactie & lay-out:	Marco Westrik
Eindredactie:	Cora Dekkers-Hulshoff Pol
Advertenties:	Joke Krediet
Volgende editie:	Verschijnt op donderdag 13 juni 2019
Kopij:	Uiterste inleverdatum: maandag 3 juni 2019
E-mail:	Uitsluitend naar: redactie@nvoc-delagelanden.com

SELECT Villas
of Moraira

We zijn hier

Avenida de Madrid 5,
Moraira, 03724
Tel: 0034 966490861 /
0034 616002993

Email: info@select-villas.es

Wij spreken Nederlands

Bel gratis (zonder landcode) vanuit:

Spanje:	900 993 131
Portugal:	800 831 458
Zwitserland:	0800 555 733
Frankrijk:	0800 905 909

Kuiper
De Internationale Verhuizer

Van Houten Industriepark 12
1381 MZ Weesp
Telefoon +31 (0)294 418080
Telefax +31 (0)294 418157
Email info@kuiperbv.nl
Website www.kuiperbv.nl

Internationaal verhuizen?

Kuiper De Internationale Verhuizer verzorgt uw internationale verhuizing tot in de puntjes. Met meer dan 80 jaar ervaring is uw waardevolle inboedel bij Kuiper in goede handen.
Wekelijks rijden er luchtgeveerde verhuiswagens naar en vanuit onder meer Frankrijk, Spanje, Portugal, Zwitserland en Italië.
Een persoonlijke en professionele benadering garanderen een zorgeloze verhuizing.
U pakt uw koffertje...wij de rest!

- Eigen (Nederlandstalige) vestigingen in heel Zuid-Europa
- Wereldwijd betrouwbaar en ervaren agentennetwerk
- Moderne opslagfaciliteiten in Nederland en op de bestemming
- Tevens frequent op andere Europese en Overzee bestemmingen
- Door combinatielading **gunstige en concurrerende tarieven!**

ERKENDE VERHUIZERS IAM FIDIEUC

U pakt uw koffertje… wij de rest!

INHOUDSOPGAVE

Bestuurssamenstelling per 14 december 2018	7
Commissies & contacten	9
Weekkalender	11
Evenementenkalender	13
Verslagen Clubreis 2019 naar Jerez en Malaga	15
Verslag Koningsdag 27 april 2019	21
Uitreiking cheque aan Caritas	23
Nieuw in de bieb	25
Jason Gast over: Rugpijn, holle rug en voorover lopen	26
Verslag Koken met een glimlach	27
Een penseelstreek	29
Verslag Bridgereis 2019 naar Almagro	31
Stukje Spanje: De Bridgereisbestemmingen	33
Belangrijke adressen en telefoonnummers	34
Overlijdensberichten	34
Kerkdiensten	34

NVOC "De Lage Landen" is vanaf nu ook te vinden op facebook.

Ga naar fb.me/nvocdll

Catalana Occidente Seguros

Marike den Dulk

Begeleiding bij aan- en verkoop van
onroerend goed, afwikkeling nalatenschappen,
Nie nummers, verzekeringen
en verschillende dienstverleningen.

Tel.: 96 649 03 47
Mobiel: 666 422 888 **Cami de'l Andragó 1, local 1A**
Email: mail@marikedendulk.com **03724 MORAIRA**

medifit

Peter Niessink
ORTHOPEDIC CONSULTANCY

- Podotherapeut
- Orthopedisch schoenmaker
- Fysiotherapeut

39 jaar ervaring

Onderzoek en behandeling van Uw voetklachten middels:

- Biomechanische voetmetingen
- Instrumentele behandeling van nagels en eelt
- Aanmeten en vervaardigen steunzolen
- Schoenadvies en /of aanpassingen aan confectieschoenen
- (semi) orthopedisch schoeisel
- Orthesen, silicone, o.a. klapvoet orthese, AFO
- Ook een huisbezoek is mogelijk

afspraak op de woensdag van 13.00 tot16.00 uur: **966 495 448**
Carretera Moraira – Benitachell 22, 03724 Moraira, Alicante.

BESTUURSSAMENSTELLING PER 14 DECEMBER 2018

Functie	Naam	Aandachtsgebied
Voorzitter	**Marion Hoed** +31 622 744 614 nvoc.marionhoed@gmail.com	Externe zaken Commissies Schilderen
Vicevoorzitter	**Robert Lem** 629 165 229 nvoc.roberto@gmail.com	Accommodatie Tennis Audio-video techn
Secretaris	**Cora Dekkers - Hulshoff Pol** 965 974 941 nvoc.coradekkers@gmail.com	Bergstappers Redactie Bridge
2e secretaris	**Nicole Lesire** 965 748 686 nicole.julien@gmail.com	Tuinclub Advertenties Evenementen Golf
Penningmeester	**Arlette van der Burg - Mol** 609 274 245 nvoc.arlettemol@gmail.com	Financiën Bibliotheek Biljarten
Bestuurslid	**Peter van Bloppoel** 965 747 048 | +31 653 161 814 nvoc.petervanbloppoel@gmail.com	Bar Klaverjassen Zangkoor Keuken
Bestuurslid	**Anne-Lize Jaspers - Goddijn** 695 867 006 nvoc.annelizejaspers@gmail.com	Prikbord Publicatie Spaanse les
Bestuurslid	**Michel Rosenberg** 696 033 243 m.rosenberg@wxs.nl	KKK Mode op maat Evenementen
Bestuurslid	**Hanneke Mulder-Kaptein** +31 654 744 420 nvoc.hannekemulder@gmail.com	Evenementen Interieur Toneel

Bezoek ook onze website: www.nvoc-delagelanden.com. Hier vindt u niet alleen alle berichten en artikelen uit dit boekje, maar ook verslagen van activiteiten, culturele evenementen en verschillende leuke en interessante rubrieken. Teksten in dit boekje zijn vaak ingekort vanwege de ruimte. De volledige tekst staat op de website, vaak ook met meer foto's, en in kleur.

BODY STRESS RELEASE
Unlocking tension - Restoring self-healing

BSRCOSTABLANCA

Vastgezette spierspanning kan o.a. leiden tot:

- hoofdpijn
- nek klachten
- rug klachten
- darm klachten
- burn-out

BSR practitioner Annita van Arkel
www.bsrcostablanca.com
Tel: 634304391

Body Stress Release is een zachte en effectieve gezondheidstechniek om vastgezette spierspanning in het lichaam los te laten. Dit vermindert de druk op zenuwen en verbetert het **zelfhelend vermogen.**

Lid van de BSRAN en MIBSRA

WWW.BSRCOSTABLANCA.COM

The International Clinic
MORAIRA

Dr. Guido Campman

Huisarts

Ctra. Moraira-Calpe 124 - Moraira

Tel: 966 491 259
24/7: 639 561 945
www.icmoraira.es

Adem macha, s.l.
Administracion de Empresas

- Inkomsten- en vermogensbelasting residenten en niet-residenten
- Fiscaal nummer / identificatienummer
- Notariële zaken
- Vestigingsvergunning (residencia)
- Rechtskundig advies (na afspraak)
- Onderhoud huis, tuin en zwembad
- Alle verzekeringen AXA, ARAG en DKV

www.gestorjavea.com

C/Falcia 2, local 1
Urb.La Guardia Park
buzon 602 BAM
03738 Jávea
T: 00-34-965770515
F: 00-34-966470608
E: info@gestorjavea.com
Geopend: ma-vrij van 9-13 u
Na afspraak evt. ook 's middags

Charlotte van der Werf

Uw fiscale vertegenwoordiger in Spanje

COMMISSIES & CONTACTEN

Accommodatie:	Peter Croughs	croughs.moraira@gmail.com	966 490 385
	Robert Lem	nvoc.roberto@gmail.com	629 165 229
Bergstappers:	Harm Kroon	fam-kroon@live.nl	634 398 125
Bergstappers Plus:	Frans v.d. Steenoven	fransvandesteenoven@hotmail.com	620 363 580
Bibliotheek:	Beatrijs Bachman	pol6186@gmail.com	966 495 398
Biljarten:	Rien van Koulil	vankoulil@hotmail.com	626 926 890
Bridge:	Frans v.d. Steenoven	fransvandesteenoven@hotmail.com	620 363 580
ClubBand:	Theo Tappen	theotappen@hotmail.com	634 347 403
Evenementen:	Nicole Lesire Michel Rosenberg	nvoc.evenementen@gmail.com	620 165 633 696 033 243
Filmavond:	Frank Hoeks	hamilcar1954@gmail.com	
Gastvrouwen:	Nicole Lesire	nvoc.gastdesk@gmail.com	620 165 633
Golf:	Perry van Glabbeek	perryvanglabbeek@gmail.com	966 498 075
www.nvoc-golf.nl	Esta Löchter	nvoc.golf@gmail.com	966 490 515
	Wim Witteveen	w.witteveen29@upcmail.nl	669 454 373
Horeca:	Peter van Bloppoel	nvoc.petervanbloppoel@gmail.com	965 747 048
Introductie nieuwe leden	Adri Petri Lieke Hoeks Netty Moes	a3.petri@gmail.com liekehoeksspanje@gmail.com nettymoes@gmail.com	+31 651 513 931 602 669 672 +31 614 398 906
Jeu de Boules:	Rien van Koulil	vankoulil@hotmail.com	626 926 890
Keuken & koken:	Anne-Lize Jaspers	huub.annelize@gmail.com	695 867 006
Klassieke Muziekmatinee	Jan Aerts Erik Hulleman Peter Mulder	janaerts57@gmail.com erik.jacqueline.hulleman@gmail.com pe.mulder@xs4all.nl	+31 624 222 697 965 748 156 +31 653 360 347
Klaverjassen en Keezen	Ria van Bloppoel	ria.vanbloppoel@gmail.com	965 747 048
KKK:			
Kookworkshops:			
Ledenadministratie	Mohan Mehta	nvocarnesol@gmail.com	658 556 849
Mode Op Maat:	Coby Hilgeman	g.hilgeman@gmail.com	965 748 459
Nieuwsbrief Red:	Marco Westrik	redactie@nvoc-delagelanden.com	620 109 683
Nieuwsbrief Eindredactie:	Cora Dekkers-Hulshoff Pol	redactie@nvoc-delagelanden.com	965 974 941
Advertenties:	Joke Krediet	nvoc.advertenties@gmail.com	687 075 852
Publicatiebord:	Anne-Lize Jaspers	huub.annelize@gmail.com	695 867 006
Reizen	Monique Croughs	nvoc.clubreis@gmail.com	699 985 116
Schilderen:	Ietje Speets	ietjespeets@hotmail.com	966 491 198
	Babs Beemsterboer	beemster2@gmail.com	965 974 086
Spaanse les:	Joke Krediet	jokeprivad@hotmail.com	687 075 852
Technische zaken:	Zie het formulier in de	keuken van El Corregidor	
Tennis:	Robert Lem (voorzitter)	nvoc.roberto@gmail.com	629 165 229
	Koos Venekamp (vice v.)	koosvenekamp@gmail.com	646 907 210
	Simon Bakker (administr.)	esseeb@gmail.com	
Toneel:	Solveig Dondorff-Bonnes	solveig.tjordis@gmail.com	645 372 505
Tuinclub:	Lieke Hoeks	liekehoeksspanje@gmail.com	602 669 672
Website:	Marco Westrik	redactie@nvoc-delagelanden.com	620 109 683
Zangkoor 'Alegría':	Elly Smit	jacquellysmit@gmail.com	+31 620 313 447
Ziekencontact via:	Beatrijs Bachman	pol6186@gmail.com	966 495 398

Premium Plus

Steak House & Restaurant

VOOR LEDEN VAN NVOC DE LAGE LANDEN
GRATIS FRAMBOZEN KIR ROYAL BIJ EEN LUNCHMENU

CARRETERA CALPE-MORAIRA | EDIFICIO KRISTALMAR 30A
T: 966 177 387 | I: WWW.PREMIUMGROUPMORAIRA.COM

Der Rohrdoktor

Wij geven u vooraf een prijs

Snelle ontstoppingsdienst
Reiniging van leidingen en buizen
Verwijderen van wortels
hogedrukreiniging
opsporen van verstoppingen zonder breekwerk
septic tanks (ook sanering daarvan)
deskundige afwerking

24 uurs service

we leggen ook zwembadtegels onder water!

bel ons op 966 490 731 of mobiel 696 291 728
Email tristan.buhl@freenet.de - www.derrohrdoktor.jimdo.com

WEEKKALENDER

Maandag

Hele dag	Biljartclub
10:45 - 13:30	Zangkoor Alegría
14:30 - 17:00	ClubBand
18:45 - 19:00	Inschrijven bridge
19:00 - 22:30	Bridgedrive

Dinsdag

Hele dag	Biljartclub
10:00 - 12:00	Tennisclub Solpark
13:00 - 16:30	Mode Op Maat met Coby
19:30	Klaverjassen en Keezen

Woensdag

Hele dag	Biljartclub
11:00 - 12:00	Yoga
Vanaf ± 13:00	Golf

Donderdag

Hele dag	Biljartclub
10:00 - 13:00	Tekenen en schilderen
11:00 - 12:30	Jeu de boules (in het park van Moraira)
17:00 - 20:00	Clubmiddag
17:00 - 18:00	Geldzaken
17:00 - 18:30	Bibliotheek, uitleen en verkoop van boeken Fotokopiëren.

Vrijdag

Hele dag	Biljartclub
10:00 - 12:00	Tennisclub Solpark
14:30 - 14:50	Inschrijven bridge
15:00 - 18:30	Bridgedrive

Zaterdag

Vanaf ± 13:00	Golf

Wandelingen, maandelijks:

Bergstappers	eerste zaterdag
Bergstappers+	derde zondag
KKK	laatste zondag

Raadpleeg website, informatiebord en mededelingen voor exacte data

LANDLIJN, MOBIEL + INTERNET

LANDLIJN
- Huur voor de landllijn €12.99
- Gesprekken vanaf 1ct

MOBIEL
- Spaanse Gesprekken vanaf 3 ct
- Internationale Gesprekken vanaf 3ct
- Data Paketten
- NIEUW Mobiel Contract

DRAAD LOOS INTERNET
- Part-Time/Combinatie Pakketten
- Snel Internet
- Technische hulp in uw eigen taal
- Gratis Installatie
- Spaans 96 nummer

ADSL
- Supersnel internet
- Tot 20Mb download
- Technische hulp in uw eigen taal

U vindt ons kantoor op Ctra Moraira –Calpe 82B

Bel Ons: 902 88 90 70
965 743 473
Email Ons: sales@telitec.net
Online: www.telitec.com

TELITEC

LET OP:
Verkoopsvoorwaarden zijn van toepassing op ALLE aanbiedingen op de flyer

KORTING NL-CLUBLEDEN

RV

Wij adviseren ook bij u thuis
"33 jaar Verbeek Verzekeringen"

Vraag vrijblijvend offerte aan
Kantoortijden: ma. t/m vr. van 09.00 - 14.00

RV

TEL 96 649 3295
mail@pieterverbeek.com

Liberty Seguros

MEI 2019

12 mei	Vrijwilligersfeest
22 mei	Speurtocht Javea*****

Voor meer informatie: www.nvoc-delagelanden.com/evenementenkalender

***** Bij deze activiteiten: inschrijven bij de gastvrouwen. *****
Uw betalingsbewijs is uw toegangsbewijs.
<--->
Wijzigingen voorbehouden. Houdt u het mededelingenbord, prikbord en - indien van toepassing - onze website en/of mededelingen@nvoc-delagelanden.com in de gaten voor nadere details, wijzigingen en eventuele overige activiteiten!
DEELNAME AAN ONZE CLUBACTIVITEITEN IS GEHEEL VOOR EIGEN RISICO
<--->
Mededelingen via mededelingen@nvoc-delagelanden.com dienen ingeleverd te worden bij de voorzitter van de Evenementencommissie óf een van de leden van het Dagelijks Bestuur, waarna Mohan Metha voor publicatie zal zorgen.
<--->
Mededelingen van persoonlijke aard graag ook melden aan het secretariaat indien u wilt dat het bestuur van de club daar op reageert.

C/ Avenida del Mediterráneo, 115 - TEULADA
T. 965 740 743 · M. 662 136 103
euronicsteulada@yahoo.es

euronics

10% korting voor NVOC leden!*

C/ Paris, 2, C.C. Alaire · BENITACHELL
T. 966 495 620 · M. 662 139 663
euronicsbenitachell@yahoo.es

www.euronics.es

* Niet geldig in combinatie met aanbiedingen en mobiele telefonie

JOSE´PHINA

JOSEPHINA BOUTIQUE
Avda. Madrid nº 7
03724 Moraira
Tel: 96 574 5440
josephinaboutique@hotmail.com

INSTALACIÓN DE ANTENAS | ELECTRODOMÉSTICOS

euronics

10% korting voor NVOC leden!*

REDES DIGITALES SATELVISION S.L.U.
B54020482 | INSTALADOR AUTORIZADO 10798

JUAN 607 320 591 | JOSÉ 666 942 660

Internet sky TNT SAT CANAL DIGITAAL TV VLAANDEREN

* Niet geldig in combinatie met aanbiedingen en mobiele telefonie

VERSLAGEN CLUBREIS 2019 NAAR JEREZ EN MALAGA

Tegen alle gewoonte in vertrekken we dit keer op een zondag. Wat daarbij komt is, dat de klok vannacht ook een uurtje naar voor is geschoven én het regent. Misschien is dát de reden waarom iedereen om 8.15 uur al in de bus zat en vertrekkensklaar was. Het kon allemaal de pret niet bederven en 15 minuten later zetten we welgezind koers naar onze eerste bestemming....

We blikken terug op een geweldig georganiseerde reis, met goede hotels en interessante excursies, met dank aan Monique en Peter Croughs.

Nooit geweten dat Málaga zo'n prachtige wereldse stad is, waar wij zeker nog eens een weekje naar toe gaan. Van de oudste kroeg t/m het lekkerste restaurant en een binnenstad met live-optredens waren ook weer heel hartverwarmend.

Deze hele reis was eigenlijk één groot highlight. Ofschoon het regenachtige weer toen we vertrokken dat niet voorspelde.

De havenstad Cádiz was voor ons een echte highlight... volkomen onverwachts. Wat een prachtige stad met schitterende parken, mooie gebouwen, een heel interessant fort met een expositie, veel gezellige straatjes en een grote prachtige mercado vol verse vis en schaaldieren...

Uitvoerige verslagen over onze rondreis langs Jerez de la Frontera, Cádiz, Ronda en Málaga kunt u lezen op onze website.

Ga naar:
https://nvoc-delagelanden.com/verslagen

Of kijk op onze facebookpagina:
https://facebook.com/nvocdll

Coca-Cola
Coke
MARCA REG.

Distribuidor oficial

San Miguel
especial

INDUSTRIAS Y DISTRIBUCIONES
SEVISAL, S.L.
VINOS Y CERVEZAS

Felices Fiestas

C/ Ondara, 10 - Tel. 96 574 09 96
03725 **TEULADA** (Alicante)

TROSSET RENOVA in & out

in house & out garden

Furniture	Garden Design, Plants and Trees
Decoration	Fountains and Statues
Lamps	Artificial Grass and Decking
Bio-ethanol Chimneys	Outdoor Furniture, Garden Chimneys
Knick knacks	NEW IN: Outdoor Carpets

Calle Rio Ter s/n | Moraira | Tel. 96 649 9046 | info@trosset.es

www.trosset.es

TROSSET RENOVA in & out house & garden

Calle Rio Ter s/n | Moraira | Tel. 96 649 9046
info@trosset.es www.trosset.es

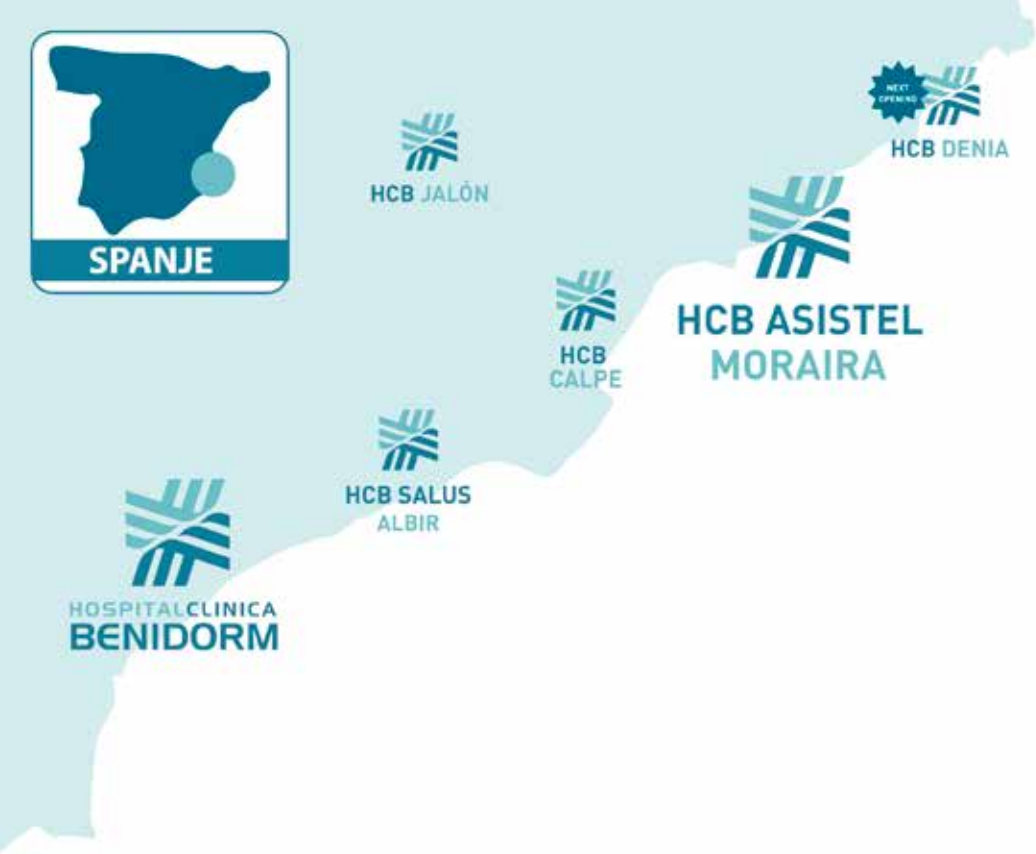
-10%

Op vertoon van deze coupon

10% KORTING*

op het gehele assortiment

* m.u.v. aanbiedingen en promoties



HCB, uw Nederlands ziekenhuis aan de Costa Blanca (SPANJE)

HCB funcioneert als Nederlands ziekenhuis:
Nederlandse artsen , Nederlands facturatiesysteem,
en een compleet team toegewijd aan de Nederlandse patiënten.

0034 965 853 850
informatie@clinicabenidorm.com

HOSPITALCLINICA
BENIDORM

NEDERLANDSTEAM

Wij hebben een contract met de grootste Nederlandse zorgverzekeraars waardoor u recht heeft op 100% dekking zonder administratieve rompslomp:

HCB heeft tevens afspraken met andere Nederlandse zorgverzekeringen.
HCB uw nummer 1 ziekenhuis aan de Costa Blanca.
Voor meer informatie contacteer ons Nederlands Team.

900 380 088 www.clinicabenidorm.com

The YORKSHIRE LINEN Co.

established 1993

Al sinds jaren HET adres voor :

- Beddengoed
- Handdoeken
- Gordijnen

En nog veel meer ....

ALTEA

Partida Planet 177

(N332 tussen Altea & Albir)

96.584.1399

altea@spanishlinen.com

JAVEA

Avenida del Pla 68

(naast Supercor)

96.646.2275

javea@spanishlinen.com

VERSLAG KONINGSDAG 27 APRIL 2019

Nadat iedereen eerst thuis of elders via de televisie Koningsdag in Amersfoort had gevolgd togen wij naar het clubhuis van de NVOC om in super zomerse outfits (en dito weer) het glas te heffen op de Nederlandse Koning Willem Alexander.

Bestuurslid Michel Rosenberg hield een geweldig grappige speech waarbij gelijkwaardigheid het centrale thema was. Ook dit keer had hij de lachers weer op z'n hand.

Het clubkoor Alegría bracht een paar mooie nummers ten gehore o.l.v. Guy Verhelst. Een genoeglijke, rustige middag met overheerlijke hapjes gemaakt door vrijwilligers van de club, mmmmm.

Dank allemaal voor een geweldige middag.

Lydia

AGUA Y SOL COSTA BLANCA

634 32 80 84

aguaysol.costablanca@gmail.com

www. agua-y-sol-costablanca.com

Elektriciteit & Loodgieterij
Centrale verwarming & Airco's
Zonnepanelen & Warmtepompen
Alles voor je zwembad
Alarminstallaties en camera's
Nieuwbouw en renovaties

MarySan design

Mar y San Design bouwt professionele websites voor elk budget. Van vakantiewoning tot verhuurbedrijf tot online winkel. Onze websites zijn ook geschikt voor mobiele apparaten als tablets en telefoons.

www.marysan.nl | info@marysan.com | +34 620 109 683 | +31 (0)85 785 85 91

Since 1993

Le Dauphin Restaurante

Restaurante Italiano Vespa's Moraira

Playa del Portet
03724 Moraira
96.649.04.32
www.ledauphin.com

Avenida de la Paz
03724 Moraira
96.574.32.56
www.restaurantevespas.com

servitur sl

(sinds 1973)

- Erfenissen
- Testamenten
- Estate planning
- Jur. advies koop-verkoop o.g.

Bezoekadres:
Edificio SERVITUR
Ctra. de Finestrat (CV758)
Urb. El Planet 7
03502 BENIDORM

Correspondentie-adres:
Apartado de Correos 216
03508 BENIDORM
(Alicante)
España

E-mail: servitur@servitur.es
Internet: www.servitur.es

Telefoon: (+34) 965 850 891
Telefax: (+34) 965 866 988

UITREIKING CHEQUE AAN CARITAS

Zo, staan we er leuk op of niet? Maakt ook niet uit... de handeling was belangrijk!

WIJ, dat zijn de leden van toneelclub 'De Komedianten', hebben op 17 april jl. een heleboel mensen gelukkig gemaakt en dan vooral de voorzitter van Cáritas Moraira/ Teulada.

Dankzij de toeschouwers van onze opvoeringen dit jaar, konden wij een cheque van 1000 euro aanbieden aan deze organisatie. Niet dat we zó rijk zijn, maar door omstandigheden is onze gift van vorig jaar niet door gegaan en hebben wij die bij dit jaar gevoegd, wat de man in kwestie met tránen in de ogen aanvaardde.

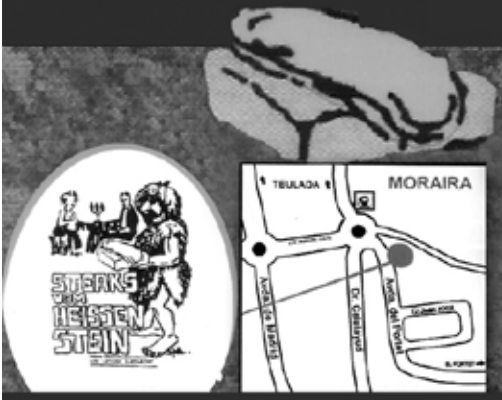
Wij gaan ook een bezoekje brengen aan Cáritas en maken van de gelegenheid gebruik om kleding en voeding te brengen (wie zich geroepen voelt mag wat mee geven). Vooral houdbare basisvoeding is welkom, zoals olie, rijst enz. en de kleding nog draagbaar. Vele gezinnen zitten zonder, of met te weinig inkomsten en daar proberen wij wat aan te doen.

Zo zie je dat toneelspelen bij ons, méér doet dan alleen op een podium staan!

Myriam

RESTAURANTE

STEAKHOUSE Dirk



La Mejor Carne
Argentina
a la Piedra

Plaza Virgin del Carmen,3. MORAIRA Tel.608 321 539

Bezoek onze website www.clinicabenissa.com
voor meer info en afspraken online

Clínica Benissa

Huisarts: Dr. Max Meertens
Dermatoloog: Dr. Ruud Valks
Plastische chirurg: Dr. David Wijnberg
Tandartsen: Alexandra Rodriguez, Lian Donkers
Mondhigieniste: Martha Olaya
Podoloog: Philip Mann
Psychologie: Rian Rijsbergen, Petra Rendering e.a.

Avda. Pais Valencia 19, Benissa
Tel: 965733157 Spoedgevallen: 639 60 42 69

Paolo Cognetti - De buitenjongen

De hoofdpersoon van De buitenjongen is een eenzame man van in de dertig. Zijn leven in Milaan is vastgelopen en hij mist de bergen van zijn jeugd, waar hij al tien jaar niet meer is geweest. Daarom besluit hij een hut te huren op tweeduizend meter hoogte en een paar maanden lang te leven op een manier waar hij vroeger stiekem van droomde: zielsalleen, omringd door wat dieren en zijn favoriete boeken. Het leven in de bergen is eenvoudig, hij hakt hout, legt een tuin aan, maakt vuur. En langzamerhand sterkt hij aan en herontdekt hij wat hij in de loop der jaren was verloren. Wekenlang ziet hij niemand, tot er ineens toch een gestalte opdoemt.

De buitenjongen is een filosofische roman over de schoonheid van eenzaamheid, vriendschap, onze band met de natuur en met familie, en vormt een logisch geheel met de bestseller De acht bergen.

Sebastian Fitzek - De therapie

Psychiater Viktor Larenz is na het spoorloze verdwijnen van zijn 12-jarige dochter Josie volledig ingestort. Na vier jaar trekt hij zich terug in zijn vakantiehuisje op een waddeneiland om de vragen van een journalist te beantwoorden. Maar daar duikt de mysterieuze Anna op, een vrouw die aan schizofrenie zegt te lijden en door Viktor behandeld wil worden. In haar waanbeelden duikt voortdurend een meisje op dat verbazingwekkend veel op Josie lijkt. Anna is op de hoogte van zaken die alleen Larenz zelf kan weten. Door anderen wordt hij voor haar gewaarschuwd, een detective ontdekt in een ander huis van Larenz sporen van bloed, Anna wordt steeds onvoorspelbaarder en de dreiging die Larenz voelt, wordt steeds sterker. Een buitengewoon knappe psychologische thriller vooral vanwege de overtuiging waarmee de schrijver de psychiater getekend heeft en vanwege de talloze vertellagen, die uiteindelijk naadloos in elkaar vallen en voor een sterk verrassingseffect zorgen. Een boek dat je echt in een adem uitleest.

Rugpijn, holle rug en voorover lopen

Veel mensen lopen vaak in een voorover gebogen positie. Vaak hebben ze dit zelf niet in de gaten, maar wijst de partner er regelmatig op dat ze rechter op moeten gaan lopen. Dit ´voorover lopen´ kan verschillende oorzaken hebben. Ten eerste kan het worden veroorzaakt door pijn in de rug. Deze pijn waarbij men voorover gaat lopen komt vrijwel altijd van de facetgewrichten. Deze facetgewrichten zijn de kleine gewrichtjes aan weerskanten van de wervelkolom. Als deze door een bepaalde reden ontstoken zijn, meestal dooreen te holle rug, is het natuurlijk niet fijn om er druk op uit te oefenen. Dat gebeurt als je rechtop loopt… Als je dus iets voorover gaat lopen, gaat de druk van deze facetgewrichten af en doet geen pijn meer. Het probleem is alleen dat er door deze compensatie andere problemen ontstaan. Er komt bijvoorbeeld te veel druk in het liesgebied te staan waardoor daar pijn ontstaat, om rechtdoor te kunnen kijken wordt het hoofd naar achteren gekanteld en ontstaat nekpijn, mensen vallen sneller naar voren en niet in de laatste plaats worden de heupbuigspieren verkort waardoor er een nog hollere rug ontstaat, mensen nog meer druk op de facetgewrichten gaat zetten en nog meer naar voren gaan lopen… de bekende vicieuze cirkel…

Een andere zeer bekende oorzaak van voorover lopen is een verkorte heupspier. Deze spier, de iliopsoas, zorgt er normaal gesproken voor dat de heup omhoog kan worden getrokken, een zogenaamde heupbuiger. Een groot probleem tegenwoordig is dat veel ouderen teveel zitten en dus constant in een gebogen heuppositie zitten. Als hier niet genoeg beweging tegenover staat verkort deze heupspier en kunnen mensen niet meer rechtop lopen. Voordat mensen niet meer rechtop kunnen lopen, krijgen ze eerst een holle rug, met dus mogelijke rugklachten als gevolg.

Een andere reden waarom mensen voorover gebogen door het leven gaan is als er sprake is van stenose in de onderrug. Stenose is vernauwing van het ruggenmergkanaal waardoor tijdens lopen de zenuwen die naar de benen lopen bekneld raken en er pijn in de benen gevoeld wordt tijdens lopen. Door voorover te lopen wordt ook weer de druk van deze zenuwen af gehaald en kan er min of meer gelopen worden. De meeste mensen die stenose ontwikkelen, hebben een holle rug…

Zoals hiervoor gelezen kan worden is voorover lopen veelal een teken van een probleem in de onderrug. Veelal is het niet nodig met deze klachten door het leven te gaan. De oorzaak is vaak een combinatie van een belastende houding (holle rug), irritatie van de gewrichtjes in de onderrug, verkorte heupspieren (iliopsoas) en gebrek aan beweging (teveel zitten). Onze klinieken zijn gespecialiseerd in het aanpakken van al deze aspecten. Door alle oorzaken en gevolgen aan te pakken helpen wij in de meeste gevallen mensen van deze vervelende klachten af en kunnen mensen weer ongestoord wandelen.

Dit doen wij door lokaal de gewrichten te behandelen met chiropractische technieken zodat de overbelasting verdwijnt, de houding aan te passen zodat de druk van de gewrichten af gaat en natuurlijk door passende adviezen te geven over hoe verder om te gaan met de wervelkolom.

Voor meer informatie of een afspraak kunt u contact opnemen met onze kliniek in Calpe.
Jason Gast (Doctor in Chiropractic),
www.quiropracticacalpe.es
Quiropráctica Calpe Tel: 965 875 917
Quiropráctica Altea Tel: 965 841 950

VERSLAG KOKEN MET EEN GLIMLACH

Glimlach? Het was eerder schateren, wat was het weer gezellig! Om 2 uur was iedereen al in de keuken van ons clubhuis in de weer met potten, pannen, messen, ingrediënten, kortom een gezellige drukte van jewelste. Groenten werden gesneden, kip gebakken, broodjes besmeerd met heerlijk prutje, zuurkool in de pan, bouillon voor soepjes, zelfs pindakaas werd erin gedaan, het was koken met een sterretje.

Ooit pindasoep gegeten? Of de sneetjes met prutje uit de oven van Reinier? Luc had aan het eind weer heel andere sneetjes met kaneel en suiker en die waren binnen 2 tellen op. Wat dacht je dan van de Cordobaase ballen van Joke! Recept van grootmoeder! En dan de rollen van Arlette, en de bratwurst van Peter? Hoho, het zijn wel tapas hoor en niks anders…

Na met z'n allen zo'n 1,5 uur in de keuken te hebben gestaan is iedereen wel klaar mijn zijn gerechtje. Peter, onze keukenchef had de tafel buiten op terras al klaargezet en het werd tijd voor een wijntje. Inmiddels waren de partners gearriveerd want we koken met de leden van ons clubje maar eten het samen met partners op. En dan denk je, ach, 8 tapas, die stop je in een holle kies… Nou, niets is minder waar, na de 5e werd zo hier en daar de knoop al een gaatje verzet want het is echt smullen geblazen.

Nadat de laatste bordjes leeg zijn wordt er samen afgewassen en opgeruimd en ieder is het er over eens… Peter, wanneer komen we weer bij elkaar? Iedereen kan zich nog aanmeldden bij ons clubje (bij Peter Bloppoel), je hoeft niet elke keer mee te doen maar wat je eet en leert van elkaar samen met de gezelligheid maken dit tot een waar culinair festijn wat je niet mag missen.

Marie Jose

the Olive tree
RESTAURANT

tweegangen menu
inclusief een halve fles wijn
€ 22,00

driegangen menu
inclusief een halve fles wijn
€ 25,00

Zondag Lunchmenu
inclusief een halve fles wijn

2 gangen, € 17,99
3 gangen, € 20,99

Bezoek onze website:
www.theolivetreerestaurant.es

Vind ons op facebook:
www.facebook.com/TheOliveTreeRestaurantMoraira

Restaurant The Olive Tree
Camino El Paellero, 4
Moraira (Alicante)
Tel. 966 490 655
info@theolivetreerestaurant.es
www. theolivetreerestaurant.es

Openingstijden:

Maandag t/m Zaterdag 18:30 - 22:30

Zondag 13:30 - 15:30
18:30 - 22:30

EEN PENSEELSTREEK

Iedereen heeft inmiddels wel begrepen dat de schilderijen die nu in de entree hangen geschilderd zijn met het licht zoals Rembrandt van Rijn in zijn doeken vastlegde. Overigens heb ik al eens geschreven dat niets verplicht is, dus ook de schilder opdracht niet en zodoende hangen er dit keer maar een paar doeken bij, die bij dit onderwerp passen. Maar ook de andere doeken krijgen zoals altijd een prominente plek in de 'galerij'. De bedoeling op onze donderdagmorgen is dat iedereen plezier heeft in het schilderen, of dat nou met olieverf, acryl of waterverf is en of je nu al dan niet mee wilt of kunt doen met het aangegeven onderwerp.

Maar we proberen meestal wel iets te bedenken dat heel divers is en waar iedereen iets bij kan verzinnen zoals bij onze volgende opdracht: APPEL. Dat kan een namaak Karel Appel zijn of iets dat er op lijkt of gewoon een stilleven met een appel, een kind dat een appel eet, als je er maar appelmoes van kan maken en een appeltje voor de dorst hebt! Zelfs Eva met de appel mag of The Big Apple, tot een rotte appel in de mand aan toe. Hopelijk kunnen we er ook dit keer weer een boom mee vullen!

Overigens krijgen we met regelmaat de vraag of de schilderijen ook te koop zijn. Indien u interesse heeft kunt u contact opnemen met Babs of met mij. Onze telefoonnummers staan in het clubblad en dan geven wij u het telefoonnummer van de schilder door. De naam van de schilder hangt bij het desbetreffende doek en u kunt via de telefoonlijst ook altijd het nummer van de schilder(es) zelf opzoeken en contact met deze opnemen. Denk bij de prijs wel aan het werk, de vele uren, het doek, de verf, de penselen etc. We maken geen rommel, want dat zou u toch ook niet in uw huis willen hangen. Voorlopig kan iedereen nog even van " Rembrandt " genieten en intussen zullen wij nog wel een appeltje te schillen hebben met onze penselen en doeken.

Met een appelgroene penseelstreek wens ik u allemaal weer veel plezier bij het bezichtigen van onze noeste arbeid en waant u zich hopelijk binnenkort in een appelboomgaard.

Ietje Speets

re:fresh
Schoonheidssalon

Facials • Massages • Paraffin Treatments
Body Treatments • Pedicures • Manicures
Waxing • Eyelashes & Eyebrows

Sinds 2007 uw vertrouwde adres voor een vriendelijke en profesionele service.

U vindt ons aan de Avda. de la Marina 45, local 1, tegenover Pepe la Sal (San Jaime), aan de kant van de apotheek / Mister Minute

Tel: 965 748 947 / 671 807 525

e.mail: refreshelaine@gmail.com
www.salonrefresh.eu

April / mei aanbieding:

Manicure met shellac semi-permanente lak	€ 23,00
Pedicure met lak en voetenmassage	€ 35,00

EHBO
EERSTE HERMAN BIJ OPKNAPPEN

Herman, voor al uw zwembadonderhoud
- Jaarcontracten en contracten op maat
- Pompen
- Filters (vervangen zand/glas)
- Verlichting
- Opnieuw voegen / betegelen

Voor vragen bel Herman: 663 733 170

VERSLAG BRIDGEREIS 2019 NAAR ALMAGRO

Sinds jaar en dag zorgen Paul en Els ervoor dat leden van de Bridgeclub ieder voorjaar kunnen genieten van een mooie reis, en dit met succes en tot algemene tevredenheid.

Ook dit jaar is het gelukt. Een verblijf in de Parador van Almagro, een oud Augustijner klooster in een streek naar ieders zin. Wat kan er beter?

Over het bridgen valt weinig te zeggen. Het begon met een technisch defect, dat deskundig werd overwonnen door Lyda, Frans en Hein, die de taak van de computer hebben overgenomen en voor de uitslag van de eerste dag hebben gezorgd.

Paul en Els, van harte bedankt voor jullie inzet van de afgelopen 10 jaar en als het zo is dat jullie er mee stoppen zullen wij dit evenement onder jullie aangename en deskundige leiding missen.

Freddy en Bas

EEN COMBINATIE VAN BEHOUD & GROEI VAN UW GELD

* Nieuw bij Binck Spanje: Binck Comfort.
* Persoonlijk beheerplan op basis van uw financiële situatie, uw kennis & ervaring en uw risicobereidheid.
* Nadruk op actieve risicobeheersing.
* Aan de hand van het beheerplan bepalen wij voor u de optimale verdeling over aandelen en obligaties op individuele basis.
* Lage kosten; voor het beheer van uw vermogen rekenen we een vergoeding van 0,60% over het beheerde vermogen. De kosten van de beleggingsinstrumenten waarin wij voor u beleggen bedragen liggen tussen de 0,48 % - 0,72% per jaar.
* Voor een volledig overzicht van de rendementen, de risico's en de kosten kijkt u op onze website.

Vragen? Maak een afspraak bij u in de buurt.

Lees meer over Binck Comfort:
www.binckspanje.com/comfort

CONTACT:

telefoon
+34 952 924 011

web
www.binckspanje.com

e-mail
info@binckspanje.com

Natuurlijk zijn er ook risico's, het blijft tenslotte beleggen. Uw inleg kan minder waard worden. BinckBank nv – Vergunninghouder DNB Geregistreerd bij de Autoriteit Financiële Marketen – Kvk Amsterdam 33162223

STUKJE SPANJE: DE BRIDGEREISBESTEMMINGEN

Paul en Els van Halteren hebben tien keer voor de bridgereis een plek weten te kiezen die zeer de moeite van het bezoeken waard is, ook kwa omgeving. Tien suggesties dus ook voor een mooi Spaans reisdoel! Dit waren die plaatsen met iets daaromheen:

Ballade: de Paul en Els Bridgereizen
Cora Dekkers-HP

Bridge, ... OK in Clubverband
Maar sóms ... ook elders in het land

Zo grepen toen, heel onvervaard
Paul en Els de Spaanse kaart
Om, ná Hein, iets te beginnen
En een bridgereis te verzinnen
Leny en Theo steunden moreel
Dat hielp hen in't begin best veel

Het sjabloon, zo kun je zeggen
Is elke dag een kaartje leggen
Daaraan voorafgaand, dat is het mooie
Kun je zo véél je wilt gaan klooien
Maar... breng Paul niét van de wijs
Op tijd terug, dát is de eis

Ze hadden het al snel gezien
Santa Eulalia in 2010
Fantastisch daar, maar wat een zooi
Niet alle kamers even mooi...

Voortaan bepalen we dat zelf:
Guadelupe: 2011
Behalve zo'n klooster heeft dat westen
Naast Romeinse - en historische resten
Ook verdrááid veel ooievaarsnesten

2012 een flinke rit
Maar dán zit je ook: vlákbij Madrid
Met de Puerta del Sol en de Plaza Mayor
Ja Chichon, dát zat wel snor
Verblijf vlakbij dat bijzondere plein
In Spanje speciaal, ééns moet je daar zijn.

2013: Rijdt west en zuid
Dan komt U bij **Carmona** uit
Een oude vesting, tendele ommuurd
En met Sevilla in de buurt
Met dáár 't Alcássar en nog véél meer,
Ach die pleintjes, wat een sfeer...

2014 Lanjarón
Dit plaatsje draagt allengs de naam
Van water met een grote faam
Nou ... dit moge dan zo zijn
Bridgers, dié drinken liever wijn

2015 Peñiscola
Lang door mensen al bewoond
Een kasteel dat het bekroond
En een bekend vacantie oord.
Oók Paul en Els had het bekoord
En met harnassen als welkomstgroet
Bied en Speel ... je dubbel goed

2016 Oh **Segovia**, jij stad van eeuwen
Romeins aquaduct en varkentjeseten
En Paleizen om nóóit te vergeten
Maar onderweg ging het flink sneeuwen
Oh help komt iedereen wel aan
Altijd weer spannend, hoe 't zal gaan

2017 Cabra leek écht een goed idee
Maar dát zat eventjes niet mee
De Golf ... verzette zijn reis, oh jee
En toen overlápten er dus twee
Een paar konden daardoor niet mee
Maar de rest ... bleef dik tevree

2018 In **Mojácar**, mediterraan gelegen
Kon met de info die we kregen
Weer iedereen naar hartelust
Sightsee-en of héél bewust
Lekker luieren langs de kust

2019 Bij het maken van dit "lied"
Lag **Almagro** nog in het verschiet
Toch weten we zeker na al die jaren
- Gewoon een kwestie van ervaren -
Dat wáár we ook waren, op elke plek
Is voor iéder wat wils, gewoon te gek
Hoe kríjg je 't gevonden, jaar na jaar...
Helaas, ... ze zijn er nú mee klaar.

Míjn complimenten en dank zijn groot
Zo óók van élke bridgegenoot!

BELANGRIJKE ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS

Teulada-Moraira

Gemeentehuis	965 740 158
Policia Local	965 740 946
Rode Kruis	965 740 950
Brandweer	112
Guardia Civil	062
Medisch centrum:	
Teulada	965 741 136
Moraira	966 490 204
Nooddienst	112
Tele-taxi	965 744 281
Automobilistenhulp RACE	965 740 794
Seprona	965 146 129

Benissa

Brandweer	965 781 185
Guardia Civil	965 730 722
Automobilistenhulp RACE	965 730 194

Nederlandse ambassade in Madrid:
Passeo de la Castellana 259-D
28046 Madrid
Telefoon: 913 537 500
Tel. uitsluitend urgente noodgevallen: 629 654 321
Ambassadeur: Drs. C. van Rij
Openingstijden: ma.- vr. van 09:00 - 17:00 uur.

Consulaat van België:
Edificio Carbonell, Esplanada De España 1-5
03002 Alicante
Telefoon: 965 929 147 - Fax: 965 141 757
E-mail: alicante@diplobel.be
Openingstijden: ma.- vr. van 09:00 - 14:00 uur.

ANWB Benidorm
Edif. Coblanca 26, Avda Alf. Puchades
Telefoon: 965 858 926 - Fax: 965 854 887

OVERLIJDENSBERICHTEN

Hendrika Welgraven 19-22-1941 17-04-2019

KERKDIENSTEN

Benidorm
Katholieke kerk: parochiekerk Nuestra Señora del Mar (Rincón de Loix, bereikbaar met bus 9, elke zondag om 11:00 uur.
Joodse kerk: synagoge van Benidorm, c/Berlin, Rincón de Loix, iedere vrijdagavond.
Protestantse kerk: van de Nederlandse Interkerkelijke Gemeente: 'Het Anker', elke zondag om 10:00 uur in het Kerkelijk Centrum 'El Ancla', Calle Doctor Severo Ochoa 10, hoek Calle de la Haya bij het BP benzinestation, Rincón de Loix (telefoon: 966 865 977)

Moraira
Katholieke kerk: iedere zondag internationale eredienst met lezingen o.a. in het Nederlands, elke zondag om 11:00 uur eucharistieviering in diverse talen.

Benimarco
Katholieke kerk: internationale eredienst in verschillende talen, w.o. Nederlands. Elke zondag om 11:30 uur.

Dénia
Katholieke kerk: Maria-ten-Hemelopneming.
elke zondag 09:00, 12:00, 13:00 en 19:00 uur.
Kerk San Antonio:
elke zondag 08:00, 10:00, 11:00 en 19:30 uur.
Protestantse kerk: Ned. interkerkelijke Gemeente te Dénia, C/. Sanchis Guarnar 9 (ten N.O. v/h kasteel) Kerkdienst elke zondag om 11:00 uur, waarin een Nederlandse predikant voorgaat.
Aansluitend drinken we een kopje koffie. Wilt u meerijden of hebt u een routebeschrijving nodig? Bram Gerth (965795152), Henk de Jong (965974303) of Chris & Ria de Jong (677729509) helpen u op weg. Website: www.kerkdenia.nl

Jávea
Protestantse kerk: Evangelie Pinksterkerk 'Oasis' bij het strand, achter Mas y Mas, iedere zondag om 11:00 uur.

Calpe
Katholieke kerk: kerk Nostra Señora de la Merced, Ctra. La Cometa s/n; elke zondag om 11:00 uur.
Internationale Evangelische Gemeente in Calpe, elke zondag om 10.00 uur. Samenzang in het engels en spaans, dienst in het engels, live vertaling in duits of spaans middels headsets. Avenida Diputación 38, Calpe (tegenover Renault garage) Www.el-es.com/dutch

Maxim

Restaurante

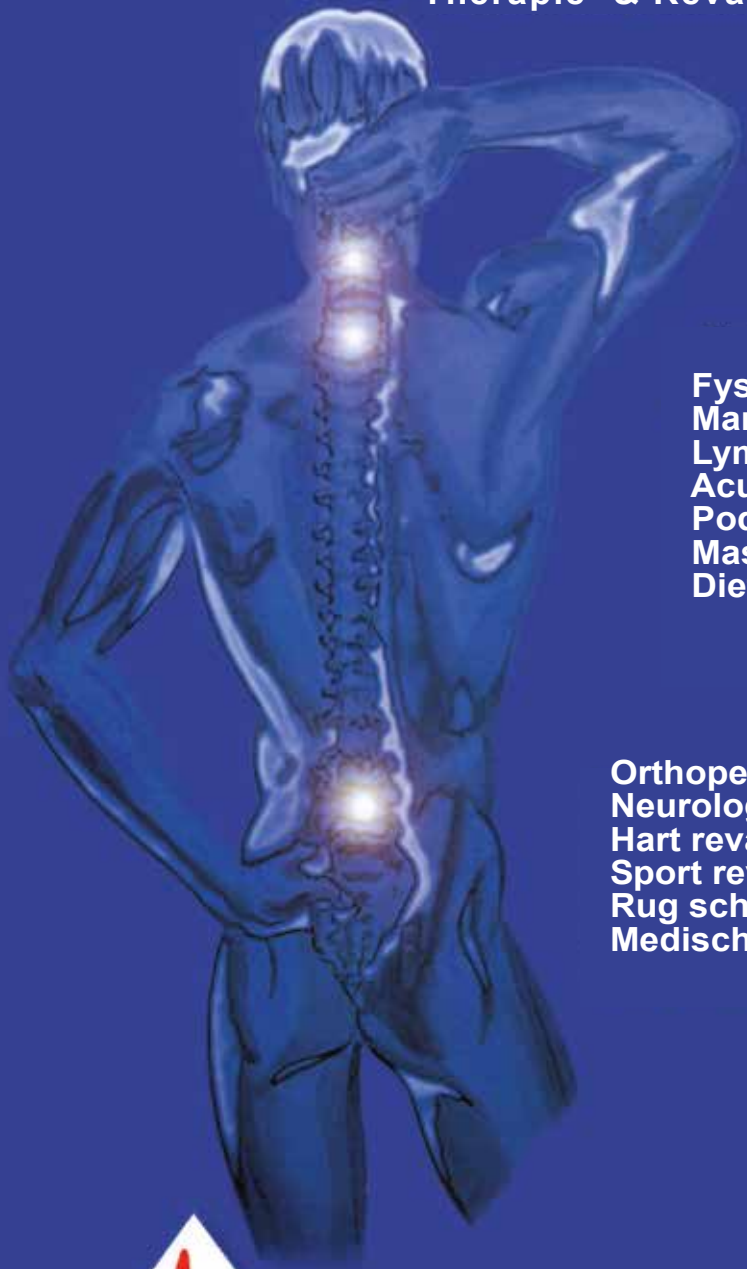
Open van dinsdag tot zaterdag van 18.30 tot 21.30. Zondag van 13.00 tot 15.00.
Vanaf 1 juni ook open op maandag van 18.30 tot 21.30.

We organiseren events ('s middags op afspraak en 's avonds) zoals:
verjaardagsfeest, trouwfeest, groepsfeest, verenigingsfeest.

Maxim Restaurante | Cabo San Vicente 1, 03724 Moraira | 96 574 81 93 | 600 699 630

MEDIFIT

Therapie- & Revalidatie Kliniek



Fysiotherapie
Manuele Therapie
Lymph Drainage
Acupunctuur
Podologie
Massage
Dietetiek

Orthopedische revalidatie
Neurologische revalidatie
Hart revalidatie
Sport revalidatie
Rug scholing
Medische fitness

Ctra. Moraira - Benitachell, 22 - bajo · Tel. 966 495 448 · Fax 966 495 204 · MORAIRA