

Doe mee!

De Beweegweek voor ouderen Geldrop-Mierlo 2023

Een mooi programma met activiteiten voor u!

Aanmelden mag, maar is niet verplicht!

Mailadres: sportraadgeldropmierlo@gmail.com

Telefoonnummer voor informatie: 06-20404668



| Dag | Lokatie | Adres | Tijden | Activiteit | Organisatie |
|-------------------------|---------|--|--------------------------------------|---|----------------------------|
| Maandag 8 mei | Geldrop | LOGO, Zwembadweg 13 | 9.00 -10.00 uur 9.00 -10.30 uur | Rustig wandelen Sportief wandelen | Lopersgroep Geldrop (LOGO) |
| | Mierlo | LGM, Oudvensestraat 9 | 10.00-11.30 uur | Wandelen in het groen! | Lopersgroep Mierlo (LGM) |
| Dinsdag 9 mei | Mierlo | De Vliegert, Heer van Rodestraat 109 | 10.00-10.30 uur | Werelddans, bewegen op muziek | De Kersenplukkers |
| | Geldrop | Ontmoetingsruimte, Kastanjehof 222 | 10.30-12.00 uur | Wandelactiviteit | Leef! Geldrop-Mierlo |
| | Mierlo | Ingang Hof van Bethanie | 15.30-16.30 uur | Wandeling met ontspannende oefeningen | Sportraad |
| Woensdag 10 mei | Geldrop | LOGO, Zwembadweg 13 | 9.00 -10.00 uur 9.00 -10.30 uur | Rustig wandelen Sportief wandelen | Lopersgroep Geldrop (LOGO) |
| | Mierlo | LGM, Oudvensestraat 9 | 10.00-11.30 uur | Wandelen in het groen! | Lopersgroep Mierlo (LGM) |
| | Mierlo | De Vliegert, Heer van Rodestraat 109 | 9.30-10.30 uur en 10.30-11.30 uur | Seniorengymnastiek voor dames | De Kersenplukkers |
| | Geldrop | Ontmoetingsruimte, Magdalenahof 1 | 10.30-11.30 uur | Line dance workshop | Leef! Geldrop-Mierlo |
| | Geldrop | Ingang sporhal De Kievit | 13.30-14.30 uur | Beweeg je FIT! Losmaken en activeren van alle spiergroepen | Sportraad |
| Donderdag 11 mei | Mierlo | De Vliegert, Heer van Rodestraat 109 | 9.00-10.00 uur | Seniorengymnastiek voor heren | De Kersenplukkers |
| | Geldrop | Koffiekraam, Jonkvrouw 1 (achterzijde station) | 11.00-12.00 uur | Oud Hollandse Spelen | Leef! Geldrop-Mierlo |
| | Mierlo | Ingang Hof van Bethanie | 10.00-11.00 uur | Beweeg je FIT! Losmaken en activeren van alle spiergroepen | Sportraad |
| | Geldrop | Koffiekraam, Jonkvrouw 1 (achterzijde station) | 14.00-14.45 uur | Qigong | Sportraad |
| | Geldrop | Parkeerplaats Kasteel Geldrop, Helze 8 | 15.00-15.00 uur | Wandeling rond en door Skandia | Sportraad |
| Vrijdag 12 mei | Geldrop | LOGO, Zwembadweg 13 | 9.00-10.30 uur | Sportief wandelen | Lopersgroep Geldrop (LOGO) |
| | Mierlo | LGM, Oudvensestraat 9 | 10.00-11.30 uur | Wandelen in het groen | Lopersgroep Mierlo (LGM) |
| Zaterdag 13 mei | Mierlo | De Vliegert, Heer van Rodestraat 109 | 9.45-11.00 uur | Zumba Gold | De Kersenplukkers |
| | Geldrop | De Smelen, Zwembadweg 13 | 14.30-15.30 uur | Fit & Fun, rustige yoga oefeningen en ontspannende wandeling | Sportraad |

Aanmelden mag, maar is niet verplicht!

Mailadres: sportraadgeldropmierlo@gmail.com

Telefoonnummer voor informatie: 06-20404668



Georganiseerd door:

