

DE STAP
naar gezonder

Geldrop-Mierlo

18 t/m
22 mei

Programma bewegeweek Geldrop-Mierlo

In de week van 18 t/m 22 mei organiseert het Nationaal Ouderenfonds de Nationale Bewegeweek. Ook wij doen mee en nodigen jou uit om samen met ons mee te doen aan deze bewegeweek

Programma Mierlo

Maandag 18 mei

9.30 uur | Nirvana fitness
De Vliegert
13.30 uur | Rikken
De Vliegert
13.30 uur | Linedanceclub
De Vliegert

Dinsdag 19 mei

10.00 uur | QR fit wandeling
De Vliegert
10.30 uur | Beweegtuin
De Vliegert
13.00 uur | Stoel Yoga
De Vliegert
13.30 uur | Koersbal
De Vliegert
19.00 uur | Kienen
De Vliegert

Woensdag 20 mei

19.00 uur | Biljarten
De Vliegert
19.30 uur | Linedanceclub
De Vliegert

Donderdag 21 mei

9.00 uur | Herengym
De Vliegert
10.15 uur | Tai Chi
De Vliegert
10.30 uur | Wijkwandelen
Hof van Bethanië (fysio)
19.00 uur | Biljarten
De Vliegert

Vrijdag 22 mei

13.30 uur | Biljarten
De Vliegert
13.30 uur | Koersbal
De Vliegert

Programma Geldrop

Maandag 18 mei

10.00 uur | Buitengym
Sint Jozefplein 3
10.30 uur | Wandelbingo
v.a. Magdalenahof
10.30 uur | Wijkwandelen
v.a. Gered gereedschap
13.30 uur | Koersbal
Wijkgebouw Den Akert.
Aanmelden via info@denakert.nl

Dinsdag 19 mei

10.00 uur | Volksdansen
Kettingstraat 5
14.00 uur | Jeu de Boules
Wijkhuis plein 4

Woensdag 20 mei

9.00 uur | Wandelen
Wijkhuis plein 4
9.30 uur | Koersbal
Kettingstraat 5
14.00 uur | Actieve Pubquiz
Kastanjehof. Aanmelden via
h.groesbeek@vitalisgroep.nl

Donderdag 21 mei

9.00 & 10.00 uur | Gym
Wijkgebouw Den Akert.
Aanmelden via info@denakert.nl
10.30 uur | "Emmer" Drummen
Jonkvrouw. Aanmelden via
a.vande.voort01@vitalisgroep.nl
10.30 uur | Wijkwandelen
v.a. Fysio De Kleine Dommel
13.30 uur | Koersbal
Wijkgebouw Den Akert.
Aanmelden via info@denakert.nl

Vrijdag 22 mei

10.00 uur | Buitengym
Sint Jozefplein 3
13.00 uur | Zumba
Plein 6G

Zondag 24 mei

13.30 uur | Duo fietsen
De Paladijn
Aanmelden via
j.de.waal@vitalisgroep.nl



Meer weten over de activiteiten of aanmelden? Scan de QR-code.
Tips over gezonder leven? www.destapnaargezondergeldropmierlo.nl

