

HaHéLu

sportdag 50+

10

oktober

24

9-15 uur

Ontdek
tal van
sporten

Waar:
SPORTCOMPLEX
VIJFSPRONG
Sportweg 8
3560 Lummen

voorinschrijving €3

€5

WIN
ballonvaart
voor 2
personen

Schrijf je hier in



Kom met de



en win 2 ontbijten voor 2 personen.

Ontvangst en infomoment: 9 uur

Start programma: 9.15 uur

Alle activiteiten zijn laagdrempelig en toegankelijk voor iedereen.

doorlopende activiteiten:

interactieve speelwand - virtual reality spel - fitheidstesten - diverse spelen VZW Homerun - speedstack - curling en curvebowlen - sjakoschwerpen

activiteiten tussen bepaalde uren:

padel (10-12 uur) - linedance (9.15 - 10.15 uur) - yoga (10.30 - 12 uur) - aquafitness (9.45 - 10.30 uur) - vrij zwemmen (13 - 14.30 uur) - zumba (13 - 13.45 uur) - begeleide wandeling (13 - 14.30 uur) - tennis (13-14.30 uur) - tai-chi (13.45 - 14.45 uur) - linedance (14 - 15 uur)

Middagpauze 12 - 13 uur

elke deelnemer krijgt een tas soep aangeboden

Einde sportdag 15 uur

elke deelnemer krijgt een bonnetje voor koffie en taart



Voornaam + naam:

Adres:

Geboortedatum:

Contactgegevens tel:

mail:

- ik neem deel aan vrije activiteiten
- ik schrijf mij in voor (één of meerdere) van de onderstaande activiteiten:
 - Onderhoudsgym (les gegeven door Ronny)
 - Aquafietsen
- ik maak gebruik van de gratis bus service en ik stap op in:
 - Halen (8.15 uur)
 - Herk-de-Stad (8.30 uur)

Het ingevulde formulier mag gemaild of binnengebracht worden; sportdienst@herk-de-stad.be,
sport@lummen.be of sportdienst@halen.be.

Het formulier kan binnengebracht worden bij de dienstencentra;

De Cirkel, De Klapstoel of in 't Klavertje voor **8/10/2024**.

De dag zelf kan er ook nog ingeschreven worden aan €5.