

Meer bewegen voor ouderen



Gymnastiek

Adres : OAZ gebouw, Fijnvandraatlaan 2
Tijdstip : maandag, 12.45-13.30 uur
Kenmerk : 65+, de oefeningen zijn veelal zittend
Kosten : € 30,- per halfjaar

Adres : Sporthal Aetsveld, Mr C. Kooimancentrum 17
Tijdstip : maandag, 11.00-11.45 uur
Kenmerk : 55+, in- en ontspanningsoefeningen met of zonder gebruik van materialen
Kosten : € 30,- per halfjaar

Adres : Sporthal Aetsveld, Mr C. Kooimancentrum 17
Tijdstip : dinsdag, 12.30-13.15 uur
Kenmerk : 55+, in- en ontspanningsoefeningen met of zonder gebruik van materialen. De oefeningen worden veelal lopend of staand uitgevoerd.
Kosten : € 30,- per halfjaar

Info : Mevr. J. Coini (docente MBVO), tel. 06-3654 3142

Zwemmen

Adres : De Lunet, Naarden
Tijdstip : vrijdag, 10.00- 11.00 uur en 11.00-12.00 uur
Vertrek bus uit Weesp : 09.30 uur en 10.30 uur
Kenmerk : 1 uur zwemmen waarvan 30 minuten oefeningen
Kosten : entree + € 1,50 voor de bus

Info : Dhr. L. Cornelissen, tel. (0294) 411515 of 06-2088 9232



Koersbal

Adres : OAZ gebouw, Fijnvandraatlaan 2
Tijdstip : maandag, 14.00-16.00 uur
Kosten : € 30,- per halfjaar

Info : Mevr. A. Heijnis,
tel. 06 30937067

Coördinatie: Merel Diemont
Beleidsmedewerker sport
Gemeente Weesp, tel. (0294) 491391