

INSCHRIJVEN

Inschrijven kan via wouter.heeren@glabbeek.be of 016/772928 met vermelding van uw naam, telefoonnummer en/of e-mailadres en de sporten die u wenst.

Inschrijven kan tot 13 mei 2025.

Betalen kan u ter plekke met cash, bancontact of payconicq.

MEER INFORMATIE

www.sportregiogetevallei.be of uw plaatselijke sportdienst

Kortenaken:

sportdienst Dorpsplein 35,
3470 Kortenaken
tel: 011/586278
andy.braem@kortenaken.be

Linter:

sportdienst Helen-Bosstraat 43,
3350 Linter
tel: 011/784355
linda.verdeyen@linter.be

Landen:

sportdienst Stationsstraat 29a,
3400 Landen
tel: 011/832018
lieve.joseph@landen.be

Tienen:

sportdienst Sint-Jorisplein 20,
3300 Tienen
tel: 016/247639
kim.vanmarsenille@tienen.be

Zoutleeuw:

sportdienst Aen den Hoorn 12,
2440 Zoutleeuw
tel: 011/94 90 52
sport@zoutleeuw.be

Hoegaarden:

sportdienst Gemeenteplein 1,
3320 Hoegaarden
tel: 016/768768
samenleving@gemhoegaarden.be

Geetbets:

sportdienst Dorpsstraat 7,
3450 Geetbets
tel: 011/586546
hannelore.blanckaert@geetbets.be

Glabbeek:

sportdienst Grotestraat 33,
3380 Glabbeek
tel: 016/772928
wouter.heeren@glabbeek.be

50+ beweeg- & ontmoetingsdag

20 mei 2025

Hangaar 44, Steenbergestraat 44,
3380 Glabbeek

AFSLUITING
MET TAART,
KOFFIE EN DJ



Tombola: raad het gewicht van de streekkorf (1 per halve dagdeel)

Geetbets | **Glabbeek** | Hoegaarden | Kortenaken | Landen | Linter | Tienen, | Zoutleeuw



V.U.:
SPORTREGIO GETEVALLEI,
Aen den Hoorn 1,
3440 Zoutleeuw

50+ beweeg- & ontmoetingsdag

Kom in beweging en beleef een gezellige dag vol sport, spel en ontmoeting!

Wil jij op een leuke en ontspannen manier actief blijven en nieuwe mensen ontmoeten?

Dan mag je onze

50+ beweeg- & ontmoetingsdag

niet missen! Kies zelf of je een

halve dag of een **hele dag**

deelneemt en geniet van

een gevarieerd programma



PRAKTISCHE INFO

WANNEER:

20 mei 2025

WAAR:

Hangaar 44 Steenbergestraat 44 te 3380 Glabbeek

PROGRAMMA:

09u tot 10u	ontvangst deelnemers met koffie en koffiekoekjes
10u tot 11u	sportactiviteit 1
11u tot 12u	sportactiviteit 2
12u tot 13u	pauze en boterhammenlunch voor deelnemers hele dag
13 u tot 14u	sportactiviteit 3
14u tot 15u	sportactiviteit 4
15u tot 17u	koffie, taart en muziek

VOORMIDDAG SPORTSESSIE 1 10u - 11u

- thai-chi
- curling
- valpreventie
- kubb
- pilates
- stoelmassage

VOORMIDDAG SPORTSESSIE 2 11u - 12u

- stoelyoga
- kubb
- spierkracht 50+
- stoelmassage
- curling

NAMIDDAG SPORTSESSIE 3 13u - 14u

- zelfverdediging
- curling
- spierkracht 50+
- kubb
- stoelyoga
- stoelmassage

NAMIDDAG SPORTSESSIE 4 14u - 15u

- zelfverdediging
- curling
- line dance
- kubb
- pilates
- stoelmassage

DOORLOPEND

SPORTSESSIE A van 10-12u

- volksspelen
- wandeling +-5km
- kaarten

(programma onder voorbehoud van wijzigingen)

SPORTSESSIE B van 13-15u

- volksspelen
- wandeling +-5km
(andere wandeling dan voormiddag)
- kaarten



MEEBRENGEN:

- makkelijke kledij
- makkelijke schoenen
- handdoek

PRIJS:

- All-in formule €10 voor hele dag
- Voormiddag formule €5
- Namiddag formule €5

IN DE PRIJS INBEGREPEN:

- verzekering,
- 1 drankje (3 bij de all-in formule)
- Koffiekoekjes (voormiddag en all-in formule)
- Taart (namiddag en all-in formule)
- Boterhammenlunch (all-in formule)