SPORT & BEWEGEN

December 2020



Wandelen



Aileen, Lizzy
en Joris



Fitness



Boksfit
met Karin

INFORMATIE & CONTACT

Lizzy T. 06 11 91 24 51
Karin T. 06 10 90 41 55
Joris T. 06 83 66 93 97
Aileen T. 06 82 45 71 25

AANMELDEN

sportenbewegen@ggze.nl

GGzE

SPORT & BEWEGEN

Sport programma

VERSIE DECEMBER 2020



SPORT & BEWEGEN

Sportprogramma

MAANDAG

JOGGEN
Hoe laat? 09:00 - 09:30 uur
Waar? Gezondheidscentrum Grote Beekstraat 6
Info? Aileen

FITNESS
Hoe laat? 10:00 - 11:15 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Lizzy

WANDELGROEP 2 NIVEAUS
Hoe laat? 13:00 - 14.00 uur
Waar? Gezondheidscentrum Grote Beekstraat 6
Info? Lizzy en Aileen

DINSDAG

FITNESS
Hoe laat? 10:00 - 10:45 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Lizzy

FITNESS
Hoe laat? 10:45 - 11:30 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Lizzy

WOENSDAG

JOGGEN
Hoe laat? 08:45 - 09:15 uur
Waar? Gezondheidscentrum Grote Beekstraat 6
Info? Lizzy

FITNESS
Hoe laat? 11:00 - 12:00 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Lizzy

BOKSFIT OF FITNESS
Hoe laat? 12:45 - 13:45 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Lizzy of Karin

BOKSFIT OF FITNESS
Hoe laat? 14:00 - 15:00 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Lizzy of Karin

DONDERDAG

JOGGEN
Hoe laat? 08:45 - 09:15 uur
Waar? Gezondheidscentrum Grote Beekstraat 6
Info? Lizzy

BOOTCAMP
Hoe laat? 09:00 - 09:45 uur
Waar? Philips de Jongh park (parkeerplaats Bezuidenhoutseweg verzamelen)
Info? Joris

FITNESS
Hoe laat? 10:00 - 11:00 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Lizzy

FITNESS OF CROSSFIT
Hoe laat? 11:00 - 12:00 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Lizzy en Joris

FITNESS OF BADMINTON
Hoe laat? 14:00 - 15:00 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Aileen en Joris

VRIJDAG

WANDELGROEP 1 NIVEAU
Hoe laat? 11:00 - 12:00 uur
Waar? Gezondheidscentrum Grote Beekstraat 6
Info? Aileen

FITNESS
Hoe laat? 13:00 - 14:00 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Aileen

FITNESS
Hoe laat? 14:00 - 15:00 uur
Waar? Sporthal Grote Beekstraat 22
Info? Aileen

Sinds 1 december zijn we gestart met 'FIT20'
Informeer bij:
Lizzy of Aileen
naar de openingstijden en mogelijkheden

fit20