



Sport- en beweegaanbod voor 55 plussers in de gemeente Hardenberg



Heeft u vragen over Vitaal Vechtdal of over het sport- en beweegaanbod?
Stuur dan een mail naar info@vitaalvechtdal.nl of bel naar 06 192 26 201

Opstartprogramma's wandelen

Initiatief	Dag van de week	Tijdstip	Tijdsduur	Plaats/Kern	Startlocatie	Kosten	Voor meer informatie
VV Challenge (gericht op mensen met chronische aandoeningen/ beginnende wandelaar)	20 weken, start in de week van 3 mei 2021	19:00 uur	45 tot 120 minuten	Hardenberg Avereest Ommen Dalfsen	n nb	Gratis	Vitaal Vechtdal T: 06 192 26 201 E: info@vitaalvechtdal.nl I: www.vitaalvechtdal.nl F: www.facebook.com/vitaalvechtdal
Kuier'n en Klets'n (gericht op beginnende wandelaar)	12 weken, dag n nb			Kloosterhaar	Dorpshuis 't Haarschut	Gratis	DaGaWa i.s.m. De Haere Evelien T: 0523-241273 E: info@dorpshuiskloosterhaar.nl

Sport- en beweegaanbod

Aanbod	Dag	Tijdstip	Tijdsduur (minuten)	Plaats/Kern	Startlocatie	Kosten	Voor meer informatie
Pilates	Donderdag	18:30 uur	45	Bergentheim	Dorpsstraat 4	€ 33,00/ maand	De Haere T: 0523-232053 E: info@de-haere.nl I: www.de-haere.nl
Fysiofit	Maandag t/m zaterdag	diverse tijden	60	Bergentheim	Dorpsstraat 4	€ 33,00/ maand	De Haere T: 0523-232053 E: info@de-haere.nl I: www.de-haere.nl
Countryline dansen (gevorderden)	Dinsdag	19:00 uur	150	Bergentheim	Zalencentrum Veenlust Kanaalweg West 78	€ 7,50/ maand	Countryline Veenlust E: countryline-veenlust@live.nl I: www.countryline-veenlust.nl/Home/
Senioren-Fit	Dinsdag	08:30 uur	60	Bergentheim	De Bo Kanaalweg-Oost 58	€ 11,-/ maand	Jo v.d. Brink T: 0523-267040 E: brinkvd_jo_56@hotmail.com

Sportief wandelen Bergentheim 2 groepen meer dan 5 km, 1 groep met rollator	Dinsdag	13:00 uur en 19:00 uur	60	Bergentheim	Buurthuis Veur Mekaar Burgemeester Oprellaan 5	Gratis	Gewoon Gezond Bergentheim Alie Willems T: 0523-820390 E: contact@veurmekaar.info
Online in beweging (thuis)	nvt				Thuis		De Haere T: 0546-642571 E: info@de-haere.nl I: www.de-haere.nl/fit-en-vitaal-ouderen

Versie 1, januari 2021