

CONTACTGEGEVENS

Dienst Vrije Tijd Alken	011 59 99 73	vrije.tijd@alken.be
Sportdienst Bilzen	089 51 95 18	sport@bilzen.be
Sportdienst Borgloon	012 67 37 06	sportdienst@borgloon.be
Dienst vrije tijd Gingelom	011 88 04 92	sport@gingelom.be
Sportdienst Heers	011 48 01 21	sport@heers.be
Sportdienst Hoeselt	089 30 92 10	patrick.leenders@hoeselt.be
Dienst Uit in Kortesse	011 85 82 55	sport@kortesse.be
Sportdienst Nieuwerkerken	011 48 03 66	vrijetijd@nieuwerkerken.be
Sportdienst Riemst	012 44 03 46	sport@riemst.be
Sportdienst Sint-Truiden	011 70 17 64	info.sport@sint-truiden.be
Sportdienst Tongeren	012 80 02 32	sportdienst@stadttongeren.be
Sportdienst Wellen	012 39 21 77	sport@wellen.be

INSCHRIJVING

uiterlijk 8 juni 2023 bezorgen aan je gemeentelijke sportdienst

Naam + voornaam

Straat en nummer

Woonplaats

Telefoon/GSM

E-mailadres

Busvervoer ☐ ja / ☐ neen

Seniorenspordag

HASPENGOUW @TONGEREN



Donderdag 15 juni 2023
Sportoase Eburons Dome

Vrijheidweg 9 - 3700 Tongeren

#SPORTERSBELEVENMEER



V.U.: Sportdienst Tongeren, Maastrichterstraat 10 te 3700 Tongeren





PROGRAMMA

09u00	Onthaal
09u45-10u00	Opwarming
10u00-12u00	Sportactiviteiten
12u00-13u30	Middagpauze
13u30-15u30	Sportactiviteiten
15u30-16u30	Afsluiting met taart, koffie

AANBOD

Tijdens deze seniorenportdag bieden we meer dan 20 verschillende sporten aan onder deskundige begeleiding.

Je kan je onder meer verwachten aan:

dansinitiaties met Siegfried Cobaró, curve-bowls, curling, netbal, badminton, tai chi, petanque, volkssporten, fitball, kubb, drums alive, spinning, cardio, stoelgym, wandelen ... !

Er zijn dit jaar ook enkele nieuwigheden. Zo kan je tijdens de dag kennismaken met een **golf simulator**, **virtuele reactiespelen** en dé nieuwe racketsport **pickleball**. Daarnaast voorzien we ook Rummikub, vier op een rij, ...

BUSVERVOER:

Vanuit de deelnemende gemeenten (uitgezonderd Tongeren) vertrekken bussen richting de Sportoase Eburons Dome in Tongeren. Informeer je voor vertrekplaats en opstaptijden bij de sportdienst van je eigen gemeente (zie achterzijde).

ZELF TE VOORZIEN:

Losse sportieve kledij, sportschoenen (voor binnen en buiten) een drinkbus en **LUNCHPAKKET**

DEELNAMEPRIJS:

10 euro per deelnemer : Sporten, koffie en taart, busvervoer, enkele consumpties en verzekering, zijn inbegrepen in deze scherpe prijs! (Zorg zelf voor je lunchpakket)

Privacy: Afbeeldingen kunnen gebruikt worden voor gemeentelijke publicaties. Laat ons weten indien je dit niet wenst! De organisatie gebruikt uw gegevens enkel om u over het evenement op de hoogte te houden.

