

ORGANISATIE	AANBOD	OMSCHRIJVING	KOSTEN	DOELGROEP
AV. Groene Ster Sportpark “De Knip”, De Knip 1 Website: www.avgroenester.nl Kontaktpersoon: Jan Kremers Info via: 0168-326619	Sportief wandelen	Zondag vanaf 09u00 1 april t/m 30 september ook dinsdag avond	€4,80 per maand	Alle leeftijden
AV Groene Ster Sportpark “De Knip”, De Knip 1 Website: www.avgroenester.nl Kontaktpersoon: Ton Kapitein Info via: 0168-325858 Kontaktpersoon: Jaap Wagemakers Info via: 0168-328268	Sportief lopen	Maandag : 19u30-20u30 Dinsdag : 20u00-21u00 Woensdag : 09u00-10u30 (beginners van 09u30-10u30)) Donderdag: 19u30-20u30 Zaterdag : vanaf 09u00 2x per jaar in april en oktober start men een zgn. “opstapgroep” voor beginnende lopers	€8,80 per maand	Vanaf 18 jaar, voor beginners en gevorderden
AV Groene Ster Sportpark “De Knip”, De Knip 1 Website: www.avgroenester.nl Kontaktpersoon: Frits Verhoeven Info via: 0168-326352	Atletiek	1 april t/m 30 september: Sportpark De Knip 1 oktober t/m 31 maart: Sportzaal “Droge Mark” Dinsdag: 20u00-21u30	€8,80 per maand	Vanaf 18 jaar, voor iedereen die recreatief wat aan beweging wil doen
A.Z.T.V. Gymzaal “Droge Mark” Sporthal “De Borgh” Website: www.aztv.nl Penningmeester: Eef Schoneveld Kontakt via: 0168-370470 of een e-mail via de website	Gymnastiek voor dames; gymnastiek- volleybal voor heren; gym fit voor 55+	Gymnastiek dames: maandag 20-21u Gymnastiek-volleybal heren: vrijdag 20- 21u Beide in “Droge Mark” Gym fit: woensdag 19-20u Sporthal “De Borgh”	€10,50 per maand Vanaf 55 jaar: €9,50 per maand	Dames en heren recreatief Dames en Heren 55+

<p>“Meer bewegen voor ouderen” Kontaktpersoon: Francina van Loon Info via: 0168-323681 of 06-39578404 Diverse beweegmogelijkheden voor leeftijd 55+</p>	Conditiegym	<p>Dinsdag : 09u-10u /10u11u gemengd Woensdag: 09u-10u/10u-11u gemend 11u-12u: alleen heren Lokatie: Sporthal “De Borgh”</p>	€3,00 per maand	Vanaf 55 jaar
Zie boven	Koersbal	<p>Woensdag: 09u30-11u30 Lokatie: Feestzaal “Leven in de Brouwerij”</p>	€3,00 per maand	Vanaf 55 jaar
Zie boven	Volksdansen	<p>Woensdag: 13u30-14u30 Lokatie: Sporthal “De Borgh”</p>	€2,75 per maand	Vanaf 55 jaar
Zie boven	Yoga	<p>Maandag 14u30-15u30 Lokatie: “De Kristal”</p>	€8,00 per maand	Vanaf 65 jaar
Zie boven	Recreatief zwemmen	<p>Donderdag 10u00-11u00 11u00-12u00 Zwembad “De Niervaert” Klundert Diverse opstapplaatsen bus</p>	€7,50 per maand incl. busvervoer	Vanaf 55 jaar
<p>“Meer bewegen voor ouderen” Kontaktpersoon: Hr. L. van Dam Info via: 0168-472508</p>	Dynamics tennis	<p>Lokatie Sporthal “De Niervaert” Klundert: Maandag 15u15-16u45 Vrijdag 14u30-16u00 Lokatie Sporthal “De Borgh”: Maandag 15u45-17u15</p>	€90,00 per jaar	Vanaf 50 jaar
<p>“Meer bewegen voor ouderen” Kontaktpersoon: Hr. M. van Leijden Info via: 0168-325096</p>	Badminton	<p>Vrijdag 15u30-16u30 Lokatie: Sporthal “De Borgh”</p>	€11,00 per maand	Vanaf 50 jaar
<p>“Recreatief fietsen voor ouderen” Vertrek vanaf het gemeentehuis Kontaktpersoon: Hr. G. Jonkers Info via: 0168-335235</p>	Recreatief fietsen	<p>Maandag: vertrek 13u30 Er worden ritten van ca. 30 km gefietst met een snelheid van ca. 15 km/uur</p>	€12,00 per jaar	Vanaf 50 jaar
<p>Wandelclub Senioren Aktief Kontaktpersoon: Mw. E. Grendelman Info via: 0168-326100 of via else@grendelman.net</p>	Recreatief wandelen	<p>Dinsdagmiddag, vertrek vanaf Stationsstraat 12 13u15:>11 km 13u30:9-11km 14u00:5-7 km Enkele keren per jaar bijzondere wandelingen</p>	€2,00 per maand	Vanaf 50 jaar

Groene Ster Jeu de Boules Kontaktpersoon: Hr. E. Brouwer Info via: 0168-323131	Jeu de boules	Dagelijks, behalve zondag, vanaf 13u30 Ook extra activiteiten, zoals fietstochten, jeu de boules in andere plaatsen etc.	€6,00 per maand	Alle leeftijden
Aangepast Bewegen Moerdijk Sporthal "De Borgh", IJshof 1 Website: www.tissink.orf Kontaktpersoon: Leendert Tissink Info via: tel. 0165-512802 of via: leendert.tissink@planet.nl	Aangepast beweegprogramma	Aangepast bewegen onder begeleiding van een fysiotherapeut Woensdag: 20-21u	€86,00 per jaar	Iedereen met een beperkte inspanningsmogelijkheid door b.v. COPD/diabetes//hartproblemen/ overgewicht
Aangepast Bewegen Moerdijk Zwembad "De Niervaert" Klundert Schriftelijk aanmelden bij Hr. L. van Wijngaarden, Industrieweg 61, 4762 AE Zevenbergen of via kruisverenigingzevenbergen@live.nl	Zwemmen	Donderdag 14u30-15u30, buiten de vakantieperioden	€10,00 per jaar	Leden van Kruisvereniging W.Br. met een chronische aandoening zoals diabetes,artrose&reuma,COPD, astma, hartproblemen
Fysiowave, Veldkers 2 Info via: 0168-325543 of via info@fysiowave.nl Website: www.fysiowave.nl	Conditie training	Beweegprogramma in groepsverband	Afhankelijk van zorgverzekering	Mensen met een chronische aandoening zoals COPD, DM en hartproblemen en mensen met overgewicht
Zie boven	Diverse aquasporten	O.a. therapiezwemmen; 55+zwemmen; ex-hartpatientenzwemmen; aquajoggen Zie website onder kopje "zwembad"	Div. tarieven van €24,50 tot €32,00 per maand (soms vergoeding via zorgverzekering)	Diverse doelgroepen
Fysiotherapiepraktijk Kammer Kerkstraat 5a Info via: 0168-325377 of via thijskammer@hetnet.nl	Aangepast beweegprogramma	Beweegprogramma in groepsverband	Afhankelijk van zorgverzekering	Mensen met een chronische aandoening zoals COPD, DM en hartproblemen en mensen met overgewicht
Paramedisch Centrum Torenveld Witte Arend 2a Info via: 0168-324580 of via pmc.torenveld@xs4all.nl Website: www.pmctorenveld.nl	Aangepast beweegprogramma	Beweegprogramma in groepsverband	Zie boven	Zie boven

Fysiotherapie JOFIB Kristallaan 25 Info via: 06-25115312 Website: www.jofib.nl	Aangepast beweegprogramma	Beweegprogramma in groepsverband	Zie boven	Zie boven
Sportgezondheidscentrum Zevenbergen Lindonk 4 Info via: info@sgz7bergen.nl of via 0168-330888	Diverse beweegmogelijkheden waaronder fitness en cardio training	Zie website onder kopje “ons aanbod”	€41,75/maand	Iedereen
Sportstudio Zuidhaven Zuidhaven 43 Info via: 0168-337950 of via website www.zuidhaven.nl	Fitness en cardio training	Zie website onder kopje “training”	Vanaf €20 per maand	Iedereen
Paradise Health & Workout Centre Kristallaan 25 (+ klundert/Fijnaart) Info via:0168-335228 of via Website www.paradisehealthcentre.nl	Fitness en cardio training; 55 plus fitness; diverse groepslessen	Zie website onder kopje “faciliteiten” en “groepslessen”	Vanaf €32,50	Iedereen