

Provinciale Sporteldag

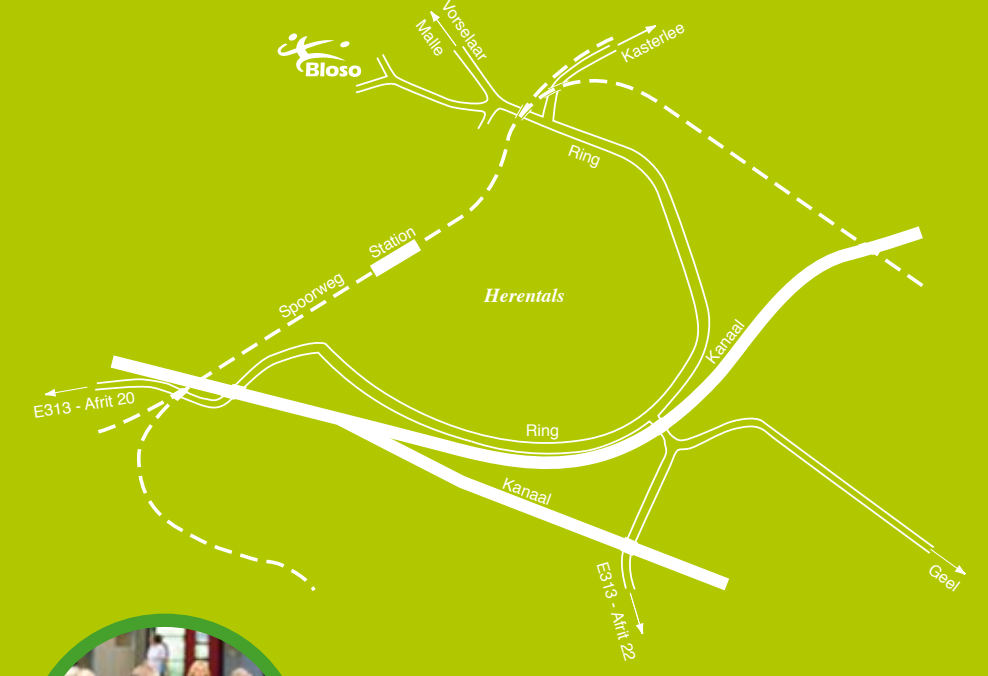
donderdag 14 mei '09

ONTDEK
32 SPORTEN VOOR
50-PLUSSERS



Bloso centrum Herentals 'Netepark'

Hoe te bereiken?



Provinciale Sporteldag
Bloso-inspectiedienst Antwerpen
Vorselaarsebaan 60, 2200 Herentals

Volgende
frankeren

(Vraag het adres van uw gemeentelijk inschrijfpunt - zie lijst)

Een organisatie van Bloso, Provinciale Sportdienst,
Stad Herentals, Vlaamse Wielerschool Provincie Antwerpen.



Wat is een Provinciale Sporteldag?

Sportelen, dat is samen van het leven én van sport genieten. En een Provinciale Sporteldag is de ideale dag om daarmee te beginnen. Je kunt verschillende sporten uitproberen, leert mensen uit je buurt kennen en hebt alle tijd om uit te rusten. Want sporten moet niet altijd draaien rond winnen of de beste zijn. Het kan net zo goed gaan over plezier maken, lachen en gewoon kletsen. Want dat is sportelen.

Voor wie?

De Provinciale Sporteldag is de nieuwe naam van de Seniorensporddag en is dus vooral gericht op actieve 50-plussers. De sporten zijn dan ook op maat gemaakt.

Programma: Donderdag 14 mei 2009

9u00	Onthaal Tent
09u30 - 11u30	Sport 1 + ganse dagactiviteiten
10u00 - 12u00	Sport 2
11u30 - 13u00	Middagpauze met broodjesmaaltijd
13u00 - 15u00	Sport 1
13u30 - 15u30	Sport 2
15u00 - 17u30	Afhalen geschenk + taart

Waar?

Bloso centrum Herentals 'Netepark', Vorselaarsebaan 60, 2200 Herentals

Meer weten?

Bloso-inspectiedienst Antwerpen
Tel 014 85 96 60, inspectie-antwerpen@bloso.be
Provinciale Sportdienst
Tel 03 240 62 73, pool@sportdienst.provant.be, www.provant.be/sport
Uw gemeentelijke sportdienst (zie lijst)

Deelnameprijs = 10 euro

Inbegrepen:
activiteiten, verzekering, geschenk, broodjesmaaltijd, koffie, taart en heel veel plezier.

Meebrengen

Sportieve kledij en regenkledij
Fietzers: eigen fiets
Eventueel petanqueset
Je goed humeur



Hoe inschrijven

- Je kan je inschrijven via de volgende inschrijfpunten (zie lijst)
- Indien je niet kan inschrijven in je gemeente, neem je contact op met het nr: 014 85 96 60.

Inschrijven vóór 30 april 2009!!! Gemeentelijke inschrijfpunten

Aartselaar	03/870.50.30	Mechelen	015/29.25.97
Antwerpen	03/250.11.00	Meerhout	014/24.99.29
Arendonk	014/40.90.91	Merkplas	014/63.94.43
Baarle-Hertog	014/69.80.70	Mol	014/33.07.45
Balen	014/82.93.80	Mortsel	03/448.09.00
Beerse	014/61.47.24	Niel	03/888.35.00
Berlaar	03/410.19.45	Nijlen	03/410.02.42
Boechout	03/460.06.82	Olen	014/86.05.76
Bonheiden	015/.50.28.80	Putte	015/25.33.70
Boom	03/888.56.50	Puurs	03/890.76.20
Bornem	03/889.65.00	Ranst	03/475.19.66
Borsbeek	03/320.90.24	Ravels	014/65.41.65
Brecht	03/660.28.30	Retie	014/38.92.30
Dessel	014/38.99.33	Rijkevorsel	03/340.00.36
Duffel	015/30.72.57	Schelle	03/887.51.74
Edegem	03/289.23.70	Schilde	03/380.07.40
Essen	03/670.01.30	Schoten	03/680.09.99
Grobbendonk	014/51.02.41	Sint-Amands	052/33.64.13
Heist-op-den-Berg	015/75.86.57	Sint-Katelijne-Waver	015/30.50.00
Herentals	014/28.52.50	Stabroek	03/210.11.70
Herenthout	014/51.62.06	Turnhout	014/44.33.32
Herselt	014/53.98.45	Vorselaar	014/50.71.13
Hoogstraten	03/340.19.51	Vosselaar	0476/29.37.53
Hulshout	015/22.94.83	Westerlo	014/53.92.07
Kalmthout	03/666.95.02	Wijnegem	03/288.20.04
Kapellen	03/660.67.60	Willebroek	03/886.56.11
Kasterlee	014/85.99.17	Wommelgem	03/355.12.59
Kontich	03/880.12.32	Wuustwezel	03/690.46.28
Laakdal	014/84.19.87	Zandhoven	03/410.16.65
Lier	03/480.52.51	Zoersel	03/298.07.18
Lille	014/88.20.10	Zwijndrecht	03/250.49.74
Malle	03/310.05.87		

OPGELET!!! NOTEER HIER DE SPORTACTIVITEITEN WAARVOOR JE JE HEBT INGESCHREVEN EN BRENG DIT MEE OP 14 MEI

Voormiddag	Sportactiviteit	uur
Namiddag	Sportactiviteit	uur
Ganse dagactiviteit	Sportactiviteit	uur

INSCHRIJVINGSTROOK

Vóór 30 april inschrijven in het inschrijfpunt van uw gemeente
(zie lijst)

- * Naam van de groep:
- * Individuele inschrijving of groepsverantwoordelijke
Naam: Voornaam:
Adres:
Tel.:
- Aantal personen: x 10 euro = euro
- * Telefonisch inschrijven voor fietstocht ganse dag (50 km) verplicht (beperkt aantal inschrijvingen).

Sport 1	9u30 - 11u30	13u00 - 15u00
Aërobics		
Boogschieten		
Badminton		
Croquet		
Curve-Bowls		
Dans		
Volksdans	enkel namiddag	
Linedance		enkel voormiddag
Fitbal		
Gymnastiek		
Baantjeszwemmen		
Aquafitness		
Rugscholing		
Fitheidstest		
Minigolf		
Oriëntatietocht		
Sport 2	10u00 - 12u00	13u30 - 15u30
Begeleid joggen (5-10 km)		
Wandelzoektocht		
Sport en relaxatie		
Petanque met eigen set		
Petanque zonder set		
Tai-chi-quan		
Nordic Walking		
Zelfverdediging voor senioren		
Water-doe-wandeling		
Wandelen natuur (gids)		
Stadswandeling met stappenteller (gids)		
Fietsen halve dag (+25 km)		
Sportief wandelen		
Ganse dagactiviteiten	9u30 - 15u30	
Fietstocht ganse dag (+50 km) telefonisch inschrijven		
Wandeltocht ganse dag (+15km)		
Fietsen voor wielertoeristen (+85 km)		
Fietszoektocht (zonder begeleiding)		
Randanimatie (geen inschrijving nodig)	9u30 - 15u30	
Valbus		

OPMERKING: kies 1 sport per halve dag uit het programma.
Indien je inschrijft in groep, het aantal deelnemers per sport invullen.

Ik ga niet akkoord dat mijn persoonsgegevens worden opgenomen in het databestand (gebruik voor mailings over sportorganisaties en mailings van partners) van de Sportdienst Provincie Antwerpen en Bloso.