

Initiaties sport

Na de paasvakantie starten de initiaties sport opnieuw.

Deze initiaties worden georganiseerd door Sporthal vzw in samenwerking met de sportdienst Zwalm. Alle lessen vinden plaats in de gemeentelijke sporthal van Zwalm.

Op dinsdagnamiddag hebben we 2 uur GALM (=Gezond Actief Leven Model). Dit is sport voor de 55-plussers. Elke week hebben we een andere sport op het programma. Nu dinsdag starten we met baseball en freesbee.

Op dinsdagavond van 20.00 - 21.00 u kan je in de sporthal terecht voor een uurtje conditiegymp. Annelies laat onze hartslag voldoende de lucht in gaan en bied een variatie aan oefeningen.

Op vrijdagavond staat opnieuw yoga op het programma. Peter begeleid ons van 19.30 - 21.00 u. Yoga zijn trage, stresswerende oefeningen goed voor lichaam en geest.

De **kinderen** kunnen op zaterdagvoormiddag terecht voor turnen.

Het eerste en tweede kleuterklas krijgt les van 10.00-11.00 u;

Het derde kleuterklas van 11.00-12.00 u.

Ook de leerlingen van 1e - 4e leerjaar zijn welkom van 10.00-11.00 u.

En de leerlingen van 5e leerjaar - 2e middelbaar oefenen van 11.00-12.00 u.

Veroniek is opnieuw van de partij.

Een sportdag in Ronse voor 55-plussers

Ben je 55+ en wil je kennismaken met heel wat sporten, doe dan mee met de sportdag in Ronse op 8 mei 2007.

Dit is een organisatie van de ILV Burensportdienst Vlaamse Ardennen waar de gemeente Zwalm deel van uitmaakt.

De gemeente Zwalm legt gratis busvervoer in! We vertrekken om 08.15 u aan de sporthal in Zwalm en zijn om 16.30 u terug.

Er staan heel wat sporten op het programma zoals klimmen, nordic walking, pilates, zelfverdediging, circustechnieken, line-dance,...

Voor de deelname betaal je 5 EUR, een lunchpakket kan besteld worden aan 2 EUR.

Doe je mee? Bel dan naar de sporthal (055/49.63.53 na 19.00 u) en geef je gegevens door vóór 4 mei.

Velden

Naam	Waarde
Datum publicatie	14/04/07
Datum archivering	29/04/07
Begindatum	27/04/07
Beginuur	19:30
Einddatum	28/04/07
Einduur	21:20
Locatie	Sporthal