

Beweegactiviteiten voor senioren in de gemeente Bunschoten (01-2025)

DAG	LOCATIE	ADRES	ACTIVITEIT	TIJD	CONTACTGEGEVENS
Maandag	CBS De Grondtoon	Jan Zwartplantsoen 20	Bewegen met overgewicht	08:00-09:00	anne.van.hoof@nbss.nl
	De Fonteinkerk	Biddersweg 7	Doortrappen (van april t/m september)	10:00-12:00	carlo.oudebeek@nbss.nl
	Sportcentrum Agilitas	Biddersweg 74	Valpreventie cursus 'Vallen Verleden Tijd' (2 cursusperiodes per jaar, inschrijven verplicht)	14:00-15:30	Oefentherapie Ceasar Gré-Anne Schot 033-2981697
	Sportcentrum Agilitas	Biddersweg 74	Heren seniorenfit	14:30-15:30	033-2995147
	Oostwende College	Plecht 1	Sjoelclub de Bunsjoter Sjieven	19:15-21:30	Petra van Diermen 033-2983475
Dinsdag	Sportcentrum Agilitas	Biddersweg 74	Vrouwen Seniorenfit	09:00-10:00	033-2995147
	CBS De Grondtoon	Jan Zwartplantsoen 20	Valpreventie cursus 'In Balans' (3 cursusperiodes per jaar, inschrijven verplicht)	09:30-10:30	Fysiohuis 033-2982594
	Sportcentrum Agilitas	Biddersweg 74	Vrouwen Seniorenfit	10:00-11:00	033-2995147
	Fysiohuis	Kon. Wilhelminastraat 20	Seniorenfit	11:00-12:00	033-2982594
	Adventkerk	Heemstedesingel 1	Internationaal Volksdansen	13:30-15:00	Emmy Muijs 06-12866481
	Fysiohuis	De eerste intake is op Kon. Wilhelminastraat 20, daarna op Biddersweg 96	Zwemmen/Hydrotherapie	13:45-14:45	033-2982594
Woensdag	De Duker	Biddersweg 96	Aquafit (recreatiebad)	09:00-09:45	033-2988588
	Fysiohuis	Kon. Wilhelminastraat 20	Seniorenfit	09:30-10:30	033-2982594
	De Duker	Biddersweg 96	Aquafit (wedstrijdbad)	10:00-10:45	033-2988588

	Fysiohuis	Kon.Wilhelminastraat 20	WandelFit (korte route 2km en lange route 4km)	11:00-12:00	033-2982594
	Boulamis	Sportpark de Vinken	Jeu de Boules	13:00-18:00	06-46224576
Donderdag	CBS De Grondtoon	Jan Zwartplantsoen 20	Valpreventie cursus 'In Balans' (3 cursusperiodes per jaar, inschrijven verplicht)	09:30-10:30	Fysiohuis 033-2982594
	Sportcentrum Agilitas	Bikkersweg 74	Valpreventie cursus 'Vallen Verleden Tijd' (2 cursusperiodes per jaar, inschrijven verplicht)	13:15-14:45	Oefentherapie Ceasar Gré-Anne Schot 033-2981697
	Sportcentrum Agilitas	Bikkersweg 74	Heren Seniorenfit	15:00-15:45	033-2995147
	Fysiohuis	Kon.Wilhelminastraat 20	Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)	18:00-19:00	033-2982594
	Fysiohuis	Kon.Wilhelminastraat 20	Fysiohuistraining + aandacht voor de rug	20:00-21:00	033-2982594