

SPORTDAG 50+

15 mei 2025 | Vrijetijdssite Hamme
Kaaiplein 32, 9220 Hamme



PRAKTISCH



Donderdag 15 mei 2025
Onthaal vanaf 9 uur, start om 9.30 u.



052 47 63 74
sport@hamme.be

of je lokale sportdienst



Sportcentrum Hamme
Kaaiplein 32 | 9220 Hamme



Volledige dag: €10
Halve dag: €5

Eten

- 3 sandwiches (kaas, hesp en kippenwit) aan €7
- Spaghetti te eten in taverne Durmedroom (100m van de sporthal) aan €14

Het warm eten moet gegeten worden in taverne Durmedroom, maar broodjes mogen opgegeten worden aan de sporthal of in de taverne. Eigen broodjes mogen ook opgegeten worden in de sporthal of de taverne.

Drank

De foyer zal opengehouden worden en drank zal aangekocht kunnen worden in de sporthal.

Fiets











Een fiets kan gehuurd worden aan €5.









- Aangepaste sportkledij en schoenen voor binnen en/of buiten. Eventueel eigen sportmateriaal
- Tijdens de activiteiten nemen we foto's om nadien eventueel te publiceren.
- Verboden deze flyer op de openbare weg te gooien



Volg al onze activiteiten op
www.facebook.com/sportdienst.hamme
www.facebook.com/Burensportdienst Schelde-Durme

ACTIVITEITEN

BINNENSPORTEN		9:30-10:30	11:00-12:00	13:00-14:00	14:30-15:30
BBB 					
BADMINTON 					
BASKETBAL 					
BODYBALANCE 					
CURVEBOWL 		INITIATIE	INITIATIE	TORNOOI	
KAATSEN (INITIATIE) 					
PILATES 					
TAI CHI (INITIATIE) 					
WANDELVOETBAL 					
YOGA 					

BUITENSPORTEN		9:30-10:30	11:00-12:00	13:00-14:00	14:30-15:30
FRISBEE 					
PADEL 					
PETANQUE 		INITIATIE	INITIATIE	TORNOOI	
FIETSTOCHT 15KM 					
FIETSTOCHT 30 KM 				VOLLEDIGE NAMIDDAG	
WANDELTOCHT 5KM 					
WANDELTOCHT 10KM 		VOLLEDIGE VOORMIDDAG			
KUBB 					

De lichtgrijze tijdsblokken geven aan wanneer de sport beoefend zal worden. De donkergrijze blokken geven aan wanneer dit niet het geval is.

Intensief tempo 

Actief tempo 

Rustig tempo 

INSCHIJVING

Een dag vol sport, plezier en nieuwe ontmoetingen! Doe mee en ontdek hoe leuk én gezond bewegen kan zijn.

Schrijf je in vóór 30 april! Bezorg het ingevulde inschrijfformulier samen met het inschrijvingsgeld aan je sportdienst en mis deze actieve dag niet!

Naam:

Adres:

Geboortedatum:

Telefoon:

E-mailadres:



Schrijft zich in voor de Sportdag 50+ op donderdag 15 mei 2025

- gekozen sport 9.30 uur:
- gekozen sport 11 uur:
- gekozen sport 13 uur:
- gekozen sport 14.30 uur:

en betaalt:

_____perso(o)n(en) x 10 euro = _____euro (1 dag)

_____perso(o)n(en) x 5 euro = _____euro (1/2 dag)

_____3 sandwiches x 7 euro = _____euro

_____spaghetti x 14 euro = _____euro

_____fiets huren x 5 euro = _____euro

Totaal: _____euro

