

- **[Dienst Sport](#)**



Voormalig OCMW-gebouw

Mechelsestraat 55
1840 Londerzeel

- 052 30 36 16
- sport@londerzeel.be
-

[meer contactgegevens](#)

Sporten en bewegen voor ouderen

Bewegingsgroep 'Blijven Bewegen'

Ben je ouder dan 70 jaar en heb je zin om samen met anderen meer te bewegen? Dan is Blijven Bewegen iets voor jou!

De lessen bestaan uit eenvoudige bewegingsoefeningen die je soepeler maken. Je bent nooit verplicht om aan een oefening deel te nemen. Na de les word je verwend met koffie of thee en kan je gezellig napraten met de andere deelnemers.

Per jaar zijn er twee lessenreeksen; één in het voorjaar en één in het najaar.

Er worden lessen gegeven in Londerzeel Sint-Jozef, Londerzeel centrum, Steenhuffel en Malderen. De lessen worden begeleid door een kinesist, een yogaleraar en een bewegingscoach.

12 lessen op 4 locaties:

De lessen vinden plaats op **4 locaties**:

- 't Zaaletje in Steenhuffel op dinsdag van 13.30 tot 14.30 uur
- [Gemeenschapscentrum Gerard Walschap](#) in Londerzeel Sint-Jozef op donderdag van 14 tot 15 uur
- [Sporthal Verma](#) in Malderen op vrijdag van 9.30 tot 10.30 uur
- Gildenhuis in Londerzeel op vrijdag van 10 tot 11 uur

Kostprijs?

2 euro per les. Je kan enkel cash en gepast betalen.

Vervoersproblemen?

Geraak je niet ter plaatse? Dan kan je gebruik maken van de [Dienst Aangepast Vervoer](#).

Vraag je vervoer op tijd aan via het [Zorgloket](#).

Inschrijven

Inschrijven voor de bewegingslessen is verplicht.

Petanque

Waar?

- naast de [sporthal Verma](#)
- bij [TC Gertrude](#): zowel binnen als buiten
- op [camping Diepvennen](#)
- wijk Kruishoeve
- wijk Broekveld
- wijk Zandvat

- aan Woonzorgcentrum Herfstvreugde