

Praktisch

De lessen starten vanaf 4 september 2017 en lopen tot eind juni 2018.

De lessen gaan niet door op feestdagen en tijdens vakantieperiodes.

Met een vijfbeurtenkaart kan je voor alle lessen in de verschillende wijken terecht.

Voor meer informatie kan je steeds terecht bij de Buurtsportmedewerker uit de wijk.

Breng een handdoek en een flesje water mee, want er zal gezweet worden. Sportieve kledij is aangeraden.

Het is niet mogelijk je kinderen mee naar de lessen te brengen.

Prijs

Inschrijven is niet nodig.

Eén uur les = 2 euro

Een kaart van twaalf uur = 20 euro of 4 euro als je recht hebt op een verhoogde tegemoetkoming (VT).

Neem zeker een kleefbriefje van je ziekenfonds mee.

Meer info:

www.antwerpen.be/buurtsport
of via de Buurtsportmedewerker bij jou in de buurt.



Sporten en bewegen voor vrouwen (+18)



Samen gezellig sporten en bewegen
in je wijk terwijl je je hele lichaam traint.

ANTWERPEN-NOORD

AEROBICS

dinsdag van 11.30 tot 12.30 uur | start 5 september 2017

donderdag van 10.30 tot 11.30 uur | start 7 september 2017

Oude Badhuis, Stuivenbergplein 38, 2060 Antwerpen

FITNESS

maandag van 13.30 tot 15 uur | start 4 september 2017

Buurtsporthal Parkloods, Damplein 36 (Park Spoor Noord), 2060 Antwerpen

i Jort Verdick | 03 270 31 33 | buurtspport.stuivenberg-dam@stad.antwerpen.be

OUD-BERCHEM

ZUMBA

woensdag van 9.30 tot 10.30 uur | start 6 september 2017

CC Berchem, Driekoningenstraat 126, 2600 Berchem

donderdag van 19 tot 20 uur | start 7 september 2017

De Nieuwe Vrede, Vredestraat 16-22, 2600 Berchem

i Sarah Verhoeven | 03 239 14 86 | buurtspport.oudberchem@stad.antwerpen.be

OUD-BORGERHOUT

AEROBICS

maandag van 10 tot 11 uur | start 4 september 2017

vrijdag van 10 tot 11 uur | start 8 september 2017

JCC De Branderij, Borgerhoutsestraat 36, 2140 Borgerhout (mini-sportloods)

i Charlotte Erauw | 03 270 99 69 | buurtspport.oudborgerhout@stad.antwerpen.be

DEURNE-NOORD

AEROBICS

maandag van 14 tot 15 uur | start 4 september 2017

donderdag van 14 tot 15 uur | start 7 september 2017

CC De Rix, Gyspeestraat 86, 2100 Deurne

woensdag van 18.30 tot 19.30 uur | start 6 september 2017

Koninklijk Atheneum, Frank Craeybeckxlaan 22, 2100 Deurne

i Annemie Martens | 03 325 83 69 | buurtspport.deurnenoord@stad.antwerpen.be

LUCHTBAL

BODYMIX

dinsdag van 10 tot 11 uur | start 5 september 2017

vrijdag van 10 tot 11 uur | start 8 september 2017

CC Luchtbal, Columbiastraat 110, 2030 Antwerpen (boven de bibliotheek)

PILATES

dinsdag van 11.15 tot 12.15 uur | start 5 september 2017

CC Luchtbal, Columbiastraat 110, 2030 Antwerpen (boven de bibliotheek)

i Magalie Alpaerts | 03 292 67 24 | buurtspport.luchtbal@stad.antwerpen.be

