



**Samen Zetten We Niemand Buitenspel**



**nationale  
sportweek**

voor Senioren 55+  
gemeente Hilvarenbeek

20 t/m 29 september 2019

---



# Voorwoord

---

De gemeente Hilvarenbeek vindt het belangrijk dat ouderen blijven bewegen. Regelmatig bewegen houdt u fit. En door fit te blijven kunt u langer zelfstandig de dingen blijven doen die u belangrijk vindt. Daarbij is het natuurlijk wel leuk om samen met anderen te sporten. Voor de motivatie maar ook voor het contact met elkaar.

Sportdorp Hilvarenbeek heeft nu het initiatief genomen om als gemeente Hilvarenbeek deel te nemen aan de Nationale Sportweek. De Nationale Sportweek wordt landelijk georganiseerd door het NOC\*NSF en loopt van 20 tot en met 29 september 2019.

Verschillende sportverenigingen uit de 6 dorpskernen, de KBO's, Stichting Sportief Bewegen 60+ en een aantal commerciële sportaanbieders hebben aan dit initiatief gehoor gegeven. Er is een breed en gevarieerd programma tot stand gekomen. Speciaal voor de doelgroep ouderen. Niet alleen voor de geofende en ervaren sporter, maar ook voor de minder geofende sporter en de kwetsbare ouderen in onze gemeente.

In dit programmaboekje vindt u allerlei activiteiten om te bewegen en te sporten in de dorpskernen. Op een enkele uitzondering na, is deelname gratis. Soms dient u zich aan te melden. Dit staat duidelijk bij de activiteit vermeld.

U kunt wandelen of fietsen. Misschien zwemt u graag. Of wilt u 'Walking Football', schuifafeltennis of een sport- & spelinstuif wel eens uitproberen. Er is vast een activiteit die aansluit bij uw interesse en mogelijkheden.

## **Basketbalvereniging Biks Shots**

Henk Schottert 06-26 78 75 79 [secretaris@biksshots.nl](mailto:secretaris@biksshots.nl)

## **Jeu de Boules 'de Onvermoeide' Diessen**

Wim Klaassen 06-21 64 74 64 [wkl.jdbdiessen@gmail.com](mailto:wkl.jdbdiessen@gmail.com)

## **Tuldania Esbeek**

Guus Buijlinckx 06-19 23 48 86 [guus\\_buijlinckx@wxs.nl](mailto:guus_buijlinckx@wxs.nl)

## **SVSOS Biest-Houtakker / Walking football**

Antoon van de Sande 06-47 00 94 64  
[walkingfootball@svsos.nl](mailto:walkingfootball@svsos.nl)

## **De Biestse Boulers (jeu de boules)**

Cees de Kok 06-33 85 71 81 [cdekok@caiway.net](mailto:cdekok@caiway.net)

## **Multifit Hilvarenbeek**

Receptie: 013-505 44 23 [hilvarenbeek@multifit.nl](mailto:hilvarenbeek@multifit.nl)

## **Laco Hilvarenbeek – Roodloop**

Receptie: 013- 505 21 20 [receptie.hilvarenbeek@laco.eu](mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu)

## **BFIT013 Hilvarenbeek**

Caro van Raak 06-10 19 55 64 [caro@bfit013.nl](mailto:caro@bfit013.nl)

## **Beweegcoach BeweegBuro**

Ine van Liempd 06-83 22 89 92  
[ine.vanliempd@BeweegBuro.nl](mailto:ine.vanliempd@BeweegBuro.nl)

## **Bikse Triathlon Günther Spapens 06-53 62 46 04**

[biksetriathlon@outlook.com](mailto:biksetriathlon@outlook.com)

## **Wandeling Biestse Gemeijnt**

Lennart de Graaf [lennart@welgement.nl](mailto:lennart@welgement.nl)  
(uitsluitend voor vragen over de wandeling)

# Contactpersonen

## **Sportdorp Hilvarenbeek**

Karin Schepers - 06-48 81 33 38 [k.schepers@kabelfoon.net](mailto:k.schepers@kabelfoon.net)

## **Sportraad Hilvarenbeek**

Edwin Kleiboer 06-17 59 02 35 [edwin@ek-actief.nl](mailto:edwin@ek-actief.nl)

Guus Buijlinckx 06-19 23 48 86  
[info@sportraadhilvarenbeek.nl](mailto:info@sportraadhilvarenbeek.nl)

## **De Dokkelaers**

Carry Damen 013-505 26 63 [info@dokkelaers.nl](mailto:info@dokkelaers.nl)

## **Tafeltennisvereniging Hita '79**

Tjalle Hoogsteen 06-16 02 42 65 [voorzitter@hita79.nl](mailto:voorzitter@hita79.nl)

## **Badmintonclub BC Hilvarenbeek**

Leo Harpe 06-51 82 70 49 [info@bchilvarenbeek.nl](mailto:info@bchilvarenbeek.nl)

## **Volleybal VC de Hilver**

Frans van Kempen - 013-504 25 17 [info@vcdehilver.nl](mailto:info@vcdehilver.nl)

## **Museum Dansant – Hilvarenbeek**

Cris van Laarhoven 06-22 79 36 93 [info@museumdansant.nl](mailto:info@museumdansant.nl)

## **KBO Hilvarenbeek**

Paul Buiks – 06-24 43 02 98 [paulbuiks@hotmail.com](mailto:paulbuiks@hotmail.com)

## **KBO Diessen**

Jac Linnemans 06-41 42 65 37 [jaclinnemans@outlook.com](mailto:jaclinnemans@outlook.com)

## **KBO Diessen, werkgroep fietsen**

Janus Plasmans 013-504 22 94 [a.plasmans1@gmail.com](mailto:a.plasmans1@gmail.com)

## **SSB60+ (Stichting Sportief Bewegen 60+)**

Helmi van der Loo 06-51 06 93 77  
[voorzitter@ssbhilvarenbeek.nl](mailto:voorzitter@ssbhilvarenbeek.nl)



Gerrit Overmans,

Wethouder Samenleving

---

Ook zou ik een oproep aan u willen doen. Kent u mensen in uw omgeving die wellicht mee zouden willen doen? Maar net even dat extra zetje nodig hebben? Neemt u die dan vooral mee!

Wij hopen op een leuke, gezellige en sportieve Nationale Sportweek. Persoonlijk wens ik u enorm veel plezier. En natuurlijk kom ik langs bij de activiteiten.



Outdoor-training SSB60+

---

## Indeling van deze gids

---

In deze gids treft u het programma aan van de Nationale Sportweek in de gemeente Hilvarenbeek in de periode van 20 t/m 29 september 2019.

Achtereenvolgens voor de kernen:

Hilvarenbeek

Biest-Houtakker

Esbeek

Diessen/Baarschot

Haghorst

Alle activiteiten staan per kern per datum vermeld.

Achter in dit boekje vindt u ook verdere aanvullende informatie en de gegevens van de contactpersonen van deze Nationale Sportweek



*Jeu de Boules*

## Aanvullende informatie

---

**Vitaal+:** is een speciale groepstraining voor senioren onder leiding van een deskundige instructeur die u corrigeert en motiveert. Het is een mix van cardio (hart/longen)-, kracht- en lenigheidsoefeningen.

**Mobility Training:** is een speciale groepstraining voor senioren onder leiding van een deskundige instructeur, waarbij extra aandacht voor het verbeteren en behouden van uw mobiliteit en lenigheid.

**Sport- en Spel instuif:** Sportief uur of anderhalf uur met vrije inloop waar meerdere sporten speciaal voor senioren worden aangeboden. Denk aan badminton, volleybal en basketbal. Waar nodig wordt het spel op verschillende punten naar de mogelijkheden van de deelnemers aangepast. Tijdens de lessen draaien we door, zodat u kennis kunt maken met alle drie de sporten.

**Begeleid bewegen:** Zittend op een stoel actieve oefeningen doen, afgewisseld met ontspanning onder leiding van een ervaren docent of beweegcoach.



### Heeft u geen vervoer?

Het ontbreken van eigen vervoer (door bijv. een beperking of aandoening), mag geen belemmering zijn om deel te nemen aan een sport en/of beweegactiviteit in uw eigen dorp. Neem daarvoor contact op met een van de onderstaande adressen: Hilvarenbeek, Esbeek, Biest-Houtakker: ContourdeTwern, tel. 013-505 83 19  
Diessen, Baarschot: Hannie de Laat, tel. 013-504 29 69  
Haghorst: Wilma Paulissen, tel. 06-21 28 87 36

## Thema Nationale Sportweek 2019

Dat sport je fitter maakt weten we allemaal.  
Maar het geeft je ook meer zelfvertrouwen.  
Het maakt je socialer.  
Sport verbreedert.  
Het creëert nieuwe vriendschappen.  
Op het veld.  
Maar ook ernaast.  
Sport haalt het beste in mensen naar boven.  
Het leert je grenzen stellen.  
En er overheen te gaan.  
Door sport zit je lekkerder in je vel.  
Het maakt je gelukkiger.

**SPORT DOET IETS MET JE**



## HILVARENBEEK

### Fitnessclass

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 20 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

### Aquafit

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 20 september 11.00-12.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

### Aquafit

<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 20 september 11.15-12.15 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu">receptie.hilvarenbeek@laco.eu</a>



Zondag: Dansmiddag

Fitnessclass	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Zaterdag 21 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Conditiezwemmen "Masters" Dokkelaers	
<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Zondag 22 september 09.15-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Cycle Marathon	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Zondag 22 september 11.00-13.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Dansmiddag	
<i>Waar</i>	Museum Dansant
<i>Wanneer</i>	Zondag 22 september 13.00-18.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:info@museumdansant.nl">info@museumdansant.nl</a>
<i>Kosten</i>	€ 10,00 per persoon, incl. consumptie

## HAGHORST

Sport en spel instuif SSB60+	
<i>Waar</i>	Gymzaal Haghorst
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 10.00-11.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:info@ssbhilvarenbeek.nl">info@ssbhilvarenbeek.nl</a>

Begeleid bewegen BeweegBuro	
<i>Waar</i>	Gymzaal Haghorst
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 10.00-10.45 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Beachvolleybal VC de Hilver	
<i>Waar</i>	Sportpark de Haan
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september Vanaf 18.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Beachvolleybal VC de Hilver	
<i>Waar</i>	Sportpark de Haan
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september Vanaf 18.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Fietstocht KBO Diessen

<i>Waar</i>	Hercules
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september Vanaf 10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Tai Chi Tao SSB60+

<i>Waar</i>	Hercules
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 27 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Begeleid bewegen BeweegBuro

<i>Waar</i>	Hercules
<i>Wanneer</i>	Zaterdag 28 september 14.30-15.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee; het is tijdens de markt

### Jeu de Boules

<i>Waar</i>	Sportpark de Alsie
<i>Wanneer</i>	Zondag 29 september Vanaf 09.45 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Fitnessclass

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

### Fit 55+ les

<i>Waar</i>	BFIT013
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 10.00-11.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Aquajoggen

<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 10.45-11.45 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu">receptie.hilvarenbeek@laco.eu</a>

### Aquafit

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 11.00-12.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

NIEUW !

Vitaal +	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 13.30-14.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Zwemtraining De Dokkelaers (zwemslagen & conditie)	
<i>Waar</i>	Zwembad de Roodloop
<i>Wanneer</i>	maandag 23 september 18.45-19.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Fitnessclass	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 19.30-20.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23



-7-

Gymnastiek / begeleid bewegen SSB60+ / BeweegBuro	
<i>Waar</i>	Hercules
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 21.00-22.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Sport en spel instuif SSB60+	
<i>Waar</i>	Hercules
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 09.00-10.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:info@ssbhilvarenbeek.nl">info@ssbhilvarenbeek.nl</a>

NIEUW !

Jeu de Boules	
<i>Waar</i>	Sportpark de Alsie
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september Vanaf 19.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Volleybal VC de Hilver	
<i>Waar</i>	Hercules
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 20.00-21.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

-24-



## DIESSEN/BAARSCHOT

### Outdoor training SSB60+

<i>Waar</i>	Start vanaf Hercules
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 19.30-20.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Gymnastiek / Begeleid bewegen SSB60+ / BeweegBuro

<i>Waar</i>	Hercules
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 11.00-12.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Jeu de Boules

<i>Waar</i>	Sportpark de Alsie
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september Vanaf 19.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee



-23-

### Aquapower

<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 20.30-21.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu">receptie.hilvarenbeek@laco.eu</a>

### Gymnastiek / begeleid bewegen SSB60+ / BeweegBuro

<i>Waar</i>	MCC Elckerlyc
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 08.45-09.45 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee



### Power (geoefende sporter)

<i>Waar</i>	BFIT013
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

-8-

Aquafit	
<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 09.45-10.45uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu">receptie.hilvarenbeek@laco.eu</a>

Gymnastiek / begeleid bewegen SSB60+ / BeweegBuro	
<i>Waar</i>	MCC Elckerlyc
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 10.00-11.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Spinning (geoefende sporter)	
<i>Waar</i>	BFIT013
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 10.00-11.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Dansen Switch2Move	
Danssessie voor o.a. mensen met dementie, mag met partner.	
<i>Waar</i>	MCC Elckerlyc
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september, 11.00-12.15uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: 013-505 83 19 (Contour de Twern)

Jeu de Boules toernooi	
<i>Waar</i>	Sportpark den Hondsbosch
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 13.30-17.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee



Gymnastiek / begeleid bewegen SSB60+ / BeweegBuro	
<i>Waar</i>	Sportpark den Hondsbosch
<i>Wanneer</i>	donderdag 26 september 10.00-11.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Wandeling door de Biestse Gemeijnt	
<i>Waar</i>	De Stevort
<i>Wanneer</i>	Zaterdag 28 september 13.30-15.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Voor 14 sept. <a href="mailto:walkingfootball@svsos.nl">walkingfootball@svsos.nl</a>



Recreatief wandelen KBO	
<i>Waar</i>	Begin bossen Groot Loo
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 10.00-11.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

## ESBEEK

Gymnastiek en spel SSB60+	
<i>Waar</i>	Sportpark den Hondsbosch
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Vitaal +	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 13.00-14.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Gymnastiek / begeleid bewegen SSB60+ / BeweegBuro	
<i>Waar</i>	Schuttershof
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 10.30-11.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Zwemfit en Aquafun De Dokkelaers	
<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 19.45-20.30 uur
<i>Aanmelden</i>	nee

### Badminton BCH / SSB60+

<i>Waar</i>	De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 20.00-21.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:info@ssbhilvarenbeek.nl">info@ssbhilvarenbeek.nl</a>

### Fitnessclass

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Dinsdag 24 september 21.30-22.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

### Aquajoggen

<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 09.45-10.45 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja <a href="mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu">receptie.hilvarenbeek@laco.eu</a>

### Sport en spel instuif SSB60+

<i>Waar</i>	De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 11.00-12.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:info@ssbhilvarenbeek.nl">info@ssbhilvarenbeek.nl</a>

-11-

### Schuif tafeltennis Hita'79

<i>Waar</i>	Ome Toon
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 10.15-11.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

NIEUW !



### Walking football SVSOS

<i>Waar</i>	De Stevort
<i>Wanneer</i>	Zaterdag 28 september 13.30-15.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja, vóór 14 september via <a href="mailto:walkingfootball@svsos.nl">walkingfootball@svsos.nl</a>

NIEUW !

### Walking Football



-20-

## BIEST-HOUTAKKER

### Jeu de Boules, Biestse Boulers

<i>Waar</i>	De Stevort
<i>Wanneer</i>	Maandag 23 september 19.00-21.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Jeu de Boules, Biestse Boulers

<i>Waar</i>	De Stevort
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 19.00-21.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee



### Gymnastiek en spel / Begeleid bewegen SSB60+ / Beweegburo

<i>Waar</i>	Ome Toon
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 08.45-09.45 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Tai Chi KBO Hilvarenbeek

<i>Waar</i>	MCC Elckerlyc
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 09.00-11.15 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### 35 km fietsen met de KBO

<i>Waar</i>	Start Vrijthof
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 13.30-17.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Fit start

### Wandelen en oefeningen buiten

**NIEUW !**

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 13.00-14.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

### Fitnessclass

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Woensdag 25 september 20.30-21.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Aquajoggen	
<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu">receptie.hilvarenbeek@laco.eu</a>

Werelddans SSB60+	
<i>Waar</i>	MCC Elckerlyc
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 11.00-12.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

Vitaal +	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 13.00-14.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Mobility training	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 15.30-16.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Bikse Triathlon Senioren	
<i>Waar</i>	De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Zondag 29 september Start: 09.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja, vanaf 08.45 bij de Roodloop. Tussen 09.00 en 10.00 wordt er gezwommen; (geen vaste zwemafstand verplicht) daarna keuze uit kortere of langere afstand fietsen en lopen. Tijdens het fietsen is er een koffiepauze, dan een looproute en weer terug fietsen naar de Roodloop Kosten: € 7,50 p.p.



N.B.

**Bij Multifit** na afloop van de les lekker ontspannen in de sauna en het zwembad. Deelname tijdens deze NSW is zonder verdere verplichtingen.

**Bij BFIT013** (Small group) Personal training voor 1 tot 4 personen. Eenmalig in de Nationale Sportweek gratis. U kunt een afspraak maken op tel. 06-10 19 55 64 of [caro@bfit013.nl](mailto:caro@bfit013.nl)



Basketbal Biks Shots	
<i>Waar</i>	De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 27 september Dames recreanten: 20.30-21.30 uur Heren recreanten: 21.30-22.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee
Fitnessclass	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Zaterdag 28 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Sport en spel instuif SSB60+, badminton BCH en Biks Shots	
<i>Waar</i>	De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Zaterdag 28 september 10.00-11.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:info@ssbhilvarenbeek.nl">info@ssbhilvarenbeek.nl</a>

Fit start, Wandelen en oefeningen buiten	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Zaterdag 28 september 10.30-11.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23



Zwemles volwassenen	
<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 17.00-18.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja <a href="mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu">receptie.hilvarenbeek@laco.eu</a>

Fitnessclass	
<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 19.30-20.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

Outdoor training SSB60+	
<i>Waar</i>	Start Vrijthof
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 20.00-21.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Tafeltennis Hita '79 Open training

<i>Waar</i>	Gymzaal De Driehoek
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 20.30-22.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee



### Zwemfit en Aquafun De Dokkelaers

<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 19.45-20.30 uur
<i>Aanmelden</i>	nee

### Volleybal VC de Hilver

<i>Waar</i>	De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Donderdag 26 september 20.00-21.30 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Wandelen met de KBO

<i>Waar</i>	“notarisbankje” Hilvarenbeek
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 27 september 09.30-11.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Nee

### Fitnessclass

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 27 september 09.00-10.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

### Aquafit

<i>Waar</i>	Multifit
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 27 september 11.00-12.00 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via 013-505 44 23

### Aquafit

<i>Waar</i>	Zwembad De Roodloop
<i>Wanneer</i>	Vrijdag 27 september 11.15-12.15 uur
<i>Aanmelden</i>	Ja: via <a href="mailto:receptie.hilvarenbeek@laco.eu">receptie.hilvarenbeek@laco.eu</a>