

MBvO

Plaats	Dag	Activiteit	Locatie	Tijd
Dodewaard	Maandag	Gymnastiek voor 55+	Sporthal De Eng	14.00-15.00
Dodewaard	Donderdag	Gymnastiek voor 55+	Sporthal De Eng	13.00-14.00
Dodewaard	Donderdag	Gymnastiek voor 70+	Sporthal De Eng	14.00-15.00
Echteld	Woensdag	Gymnastiek	Dorpshuis de Hoge Hof	13.15-14.15
Echteld	Woensdag	Koersbal	Dorpshuis de Hoge Hof	14.30-16.30
Kesteren	Maandag	Gymnastiek	Ons Dorpshuis	14.45-15.45
Kesteren	Woensdag	Koersbal	Ons Dorpshuis	9.30-11.15
Kesteren	Donderdag	Internationale dans	Ons Dorpshuis	10.30-12.00
Ochten	Woensdag	Gymnastiek 55+	Rehobothschool	14.45-15.45
Ochten	Woensdag	Gymnastiek 70+	Rehobothschool	15.45-16.45
Opheusden	Maandag	Gymnastiek	De Snellenburg	13.30-14.30
Opheusden	Dinsdag	Internationale dans	De Snellenburg	09.30-11.00

MBvO extern

PLAATS	DAG	ACTIVITEIT	WEBSITE INFORMATIE	Tijd
Dodewaard	Donderdag	Walking football	<i>vvdodewaard.nl</i>	
Dodewaard	Dinsdag	Vutness	<i>fysiotherapievanleeuwen.nl</i>	
Dodewaard	Donderdag	Vutness	<i>fysiotherapievanleeuwen.nl</i>	
Dodewaard	Wisselend aanbod	Dagopvang Steegakker	<i>zorgcentradebetuwe.nl</i>	
Kesteren	Wisselend aanbod	Walking football	<i>vvkesteren.nl</i>	
Kesteren	Wisselend aanbod	Medische fitness	<i>fysiotherapiekesteren.nl</i>	
Kesteren	Wisselend aanbod	Anker verzorgingshuis	<i>ankerkesteren.nl</i>	
Neder-Betuwe	Woensdag	Fietsen Vutterstocht	<i>het-versnellertje.nl</i>	
Ochten	Dinsdag	Blijf bewegen	<i>olympia-ochten.nl</i>	
Ochten	Woensdag	Fit voor ouderen	<i>olympia-ochten.nl</i>	
Ochten	Wisselend aanbod	Verzorgingshuis Elim	<i>zorgcentradebetuwe.nl</i>	
Ochten	Wisselend aanbod	Medische fitness 65+	<i>alphafysiotherapie.nl</i>	
Ochten/Ijzendoorn	Wisselend aanbod	Walking football	<i>uchta.nl</i>	
Opheusden	Maandag	Lichamelijke oefeningen dames	<i>senioren sportvereniging opheusden.nl</i>	
Opheusden	Maandag	Lichamelijk oefeningen heren	<i>senioren sportvereniging opheusden.nl</i>	
Opheusden	Dinsdag	Tai Chi for health	<i>senioren sportvereniging opheusden.nl</i>	

Opheusden	Woensdag	Walking Football	<i>svdfs.nl</i>
Opheusden	Dinsdag	Stoelgym	<i>fysiotherapievanleeuwen.nl</i>
Opheusden	Dinsdag	Vutness	<i>fysiotherapievanleeuwen.nl</i>

HUIZEN van

PLAATS	DAG	ACTIVITEIT	Locatie	Tijd
Ijzendoorn	Donderdag	Inloopochtend	<i>Gerrit van Riemsdijk Huis</i>	09.30-11.30