

INSCHRIJVEN

Inschrijven en online betalen kan enkel digitaal via onze website:
<https://sportregiowingedemervallei.be/>.

Bij de online inschrijving moet een online betaling van € 10 per persoon gebeuren om de inschrijving definitief in orde te brengen.

Inschrijven kan tot en met dinsdag 30 april 2024.

Op de dag zelf ter plaatse inschrijven is niet mogelijk.

MEER INFORMATIE

<https://sportregiowingedemervallei.be>

AARSCHOT:

Sportdienst

Demervallei 8 - tel: 016-56 20 15
sportdienst@aarschot.be

BEGIJNENDIJK:

Sportdienst

Pastoor Pitetlaan 30 - tel: 016-53 66 75
vrijetijd@begijnendijk.be

BEKKEVOORT:

Sportdienst

E. Coolsstraat 17 - tel: 013-46 05 89
sport@bekkevoort.be

DIEST:

Sportdienst

Koning Albertstraat 18 - tel: 013-35 32 87
sportdienst@diest.be

HOLSBEEK:

Sportdienst

Dutselstraat 15 - tel: 016-62 95 04
sport@holsbeek.be

ROTSelaar:

Sportdienst

Provinciebaan 2 - tel: 016-61 64 50
sport@rotselaar.be

SCERPENHEUVEL - ZICHEM:

Dienst sport en jeugd

August Nihoulstraat 74 - tel: 013-39 14 40
sportenjeugd@scherpenheuvel-zichem.be

TIelt-WINGe:

Sportdienst

Ralisweg 17 - tel: 016-63 95 61
sport@tielt-winge.be



druk: **Dinkhuis**

V.U.: ILV sportregio Winge-Demervallei, Pastoor Pitetlaan 30, 3130 Betekom

REGIONALE SPORTELDAG

7 mei 2024

Scherpenheuvel-Zichem



Aarschot | Begijnendijk | Bekkevoort | Diest | Holsbeek | Rotselaar | **Scherpenheuvel-Zichem** | Tielt-Winge

REGIONALE SPORTELDAG

Voor de 53^{ste} keer organiseert de ILV sportregio Winge-Demervallei een regionale sporteldag.

Op deze sportdag kunnen alle senioren uit de regio in een gezellige en ontspannen sfeer hun favoriete sport beoefenen of kennis maken met een nieuwe sportactiviteit.



VOORMIDDAG SPORTSESSIE 1 10u-11u

- | | | |
|----------------|-------------|-----------------------------|
| ■ Pilates | ■ Zumba | ■ Badminton |
| ■ Mindful walk | ■ Relaxatie | ■ Lü Interactieve speelwand |
| ■ Lijndansen | ■ Curling | ■ Schermen |

VOORMIDDAG SPORTSESSIE 2 11u-12u

- | | | |
|----------------|-------------|-----------------------------|
| ■ Pilates | ■ Zumba | ■ Badminton |
| ■ Mindful walk | ■ Relaxatie | ■ Lü Interactieve speelwand |
| ■ Lijndansen | ■ Curling | ■ Schermen |

NAMIDDAG SPORTSESSIE 3 13u30-14u30

- | | | |
|----------------------|------------------|-----------------------------|
| ■ Yoga | ■ Oriëntatieloop | ■ Badminton |
| ■ Merengue | ■ Beweegroute | ■ Lü Interactieve speelwand |
| ■ Olievatenpercussie | ■ Curling | |

NAMIDDAG SPORTSESSIE 4 14u30-15u30

- | | | |
|----------------------|------------------|-----------------------------|
| ■ Yoga | ■ Oriëntatieloop | ■ Badminton |
| ■ Bachata | ■ Beweegroute | ■ Lü Interactieve speelwand |
| ■ Olievatenpercussie | ■ Curling | |

DOORLOPEND

SPORTSESSIE A | 10.00 - 12.00 uur

- Kaarten en gezelschapsspelen
- Petanque
- Kubb
- Krolf
- Darts
- Volksspelen
- Ipitup beweegbank + crossfit
- Afgepeilde wandeling (5-7 km)
(programma onder voorbehoud van wijzigingen)

SPORTSESSIE B | 13.30 - 15.30 uur

- Kaarten en gezelschapsspelen
- Petanque
- Kubb
- Krolf
- Darts
- Volksspelen
- Ipitup beweegbank + crossfit
- Afgepeilde wandeling (5-7 km)
- Begeleide fietstocht (15 km/u, 35 km)

PRIJS: 10 euro

Inclusief:

- Verzekering
- 1 drankje
- 2 broodjes
- 1 stuk taart

MEEBRENGEN:

- Sportschoenen
- Eigen fiets en fietshelm (indien nodig)
- Handdoek (Pilates)
- Breng je eigen koffietas en -lepeltje mee en ontvang een gratis koffie



PRAKTISCHE INFO

WANNEER:

dinsdag 7 mei 2024

WAAR:

Den Egger, August Nihoulstraat 74
in Scherpenheuvel-Zichem.

PROGRAMMA:

- Vanaf 9.00 uur:** onthaal (Den Egger)
- 9.45 uur:** verwelkoming
- 10u - 12u:** sportsessies voormiddag
- 12u - 13u30:** middagpauze met discobar Orka (rode zaal)
- 13u30 - 15u30:** sportsessies namiddag
- 15u30:** afsluiting met taart en discobar Orka (rode zaal)
- 16u:** einde



Volgende Sporteldagen:

10 september 2024
Diest

20 oktober 2024
Aarschot