

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 2 september 2025.

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

SCHERPENHEUVEL-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

Dinsdag 9 september 2025

Diest



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

REGIONALE SPORTELDAG

Voor de 58^{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.



SPORTSESSIE 1 10.00 - 11.00 UUR

- Lijndansen
- Powerdance
- Swiss jump
- Zelfverdediging
- Drums alive

SPORTSESSIE 2 11.15 - 12.15 UUR

- Lijndansen
- Mini fitbal
- Swiss jump
- Zelfverdediging
- Drums alive

SPORTSESSIE 3 13.15 - 14.15 UUR

- Yoga Soy Mio
- Pilates
- Merengue
- Drums alive

SPORTSESSIE 4 14.30 - 15.30 UUR

- Yoga Soi Mio
- Pilates
- Batchata
- Drums alive

DOORLOPENDE SESSIE A | 10.00 - 12.15 uur

- Hand-, nek-, schoudermassage
- Gezelschapspelen door spellenbende
- Op stap met de nachtwacht: Toeristische wandeling naar het Begijnhof (5 km)
- Darts
- Afgepeilde wandeling 5 of 10 km
- Begeleide fietstocht 30 km halve dag (inclusief tussenstop)
- Begeleide fietstocht 50 km ganse dag (lunch onderweg)
- Padel (initiatie + vrij spel)
- Petanquetornooi Warandepark
- Lü interactieve beweegwand
- Vr Sport
- Huifkartocht 2 ritten (inschrijven naast onthaalpost vanaf 9.15 uur)
- Fitness met begeleiding

DOORLOPENDE SESSIE B | 13.15 - 15.30 uur

- Hand-, nek-, schoudermassage
- Gezelschapspelen door spellenbende
- Op stap met de nachtwacht: Toeristische wandeling naar het Begijnhof (5 km)
- Darts
- Afgepeilde wandeling 5 of 10 km
- Padel (initiatie + vrij spel)
- Petanquetornooi Warandepark
- Lü interactieve beweegwand
- Vr Sport
- Huifkartocht 2 ritten (inschrijven naast onthaalpost vanaf 9.15 uur)
- Fitness met begeleiding

(programma onder voorbehoud van wijzigingen)

PRAKTISCHE INFO

WANNEER:

Dinsdag 9 september 2025

WAAR:

Den Amer
Nijverheidslaan 24, 3290 Diest

PROGRAMMA: Opgelet! Aangepaste uren voor Diest.

Onthaal: (Foyer den Amer)	Vanaf 9.00 uur
Verwelkoming:	09.45 uur
Sportsessie 1:	10.00 - 11.00 uur
Sportsessie 2:	11.15 - 12.15 uur
Doorlopende sessie voormiddag:	10.00 - 12.15 uur
Middagpauze: (Grote zaal)	12.15 - 13.15 uur
Sportsessie 3:	13.15 - 14.15 uur
Sportsessie 4:	14.30 - 15.30 uur
Doorlopende sessie namiddag:	13.15 - 15.30 uur
Afsluiting met taart (Grote zaal)	15.30 uur
Einde:	16.00 uur



Volgende Sporteldagen:

21 oktober 2025
Aarschot

PRIJS: 10 euro

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

MEEBRENGEN:

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

