

Plaats één kruisje per rij in het witte vakje naar keuze.

9.15 - 9.30 uur

Gezamenlijk opwarmingsmoment

9.45 - 11.45 uur

Keuze VOORMIDDAG (kies 1 combinatie)

☐

Combinatie 1: Wandelen (2 uur)

☐

Combinatie 2: Indiacca - BBB

☐

Combinatie 3**: Padel - Boksfitness

11.45 - 13.15 uur

MIDDAGPAUZE

☐

Ik schrijf me in voor het middagrestaurant

☐

Ik schrijf me niet in voor het middagrestaurant

13.30 - 15.30 uur

Keuze NAMIDDAG (kies 1 combinatie)

☐

Combinatie 1*: Fietsen (2 uur)

☐

Combinatie 2: Seniorensport - KUBB

☐

Combinatie 3: Petanque - Linedance

15.45 - 16.00 uur

AFSLUITING

* **Let op:** Je kunt ook gebruikmaken van de duofiets.

** **Let op:** Voor padel en boksfitness zijn slechts 15 plaatsen beschikbaar. Is de sessie volzet? Dan ontvang je een e-mail met de mogelijkheid om een andere sessie te kiezen.



Rijkevorsel



2310

SPORTELDAG

BEWEEG MEE



Donderdag 28 mei 2026

Sportcentrum De Valk



Wat is de 2310-Sporteldag?

Op deze dag heb je de kans om te proeven van verschillende sporten speciaal georganiseerd voor **senioren**. Bewegen is belangrijk, maar de gezelligheid en het samenzijn zijn minstens even waardevol.

Waar?

Sportcentrum De Valk

Kruispad 6 - 2310 Rijkevorsel

Programma

Het programma is terug te vinden op de achterkant van de flyer. Deelnemen kan in de voormiddag **en/of** namiddag. De eerste sessie start om 9.45 uur, de laatste sessie is voorzien tot 14.45 uur. Nadien kun je nog blijven voor een kleine versnapering.

De middagpauze is voorzien van 11.45 tot 13.15 uur. Je kunt ervoor kiezen om deel te nemen aan **het middagrestaurant** van het Lokaal Dienstencentrum Kleine Prinsen. Het menu is een buffet met een variatie aan gezonde gerechten.

Deelnameprijs

- Halve dag: **€ 5** (voor- of namiddag)
- Halve dag inclusief lunch: **€ 11**
- Volledige dag: **€ 9**
- Volledige dag inclusief lunch: **€ 15**

Begeleiding en verzekering zijn inbegrepen bij de deelnameprijs.

Meebrengen

- Sportieve kledij
- Sportieve schoenen voor binnen met kleurvaste zool
- Sportieve schoenen voor buiten
- Fiets (*als je ingeschreven bent voor de fietstocht*)
- Lunch (*zls je niet bent ingeschreven voor het middagrestaurant*)
- Eventueel regenkledij



Inschrijvingsformulier

Bezorg dit formulier voor 11 mei 2026 aan de dienst vrije tijd of de Leo Pleysierbibliotheek.

Voornaam:

Naam:

Geboortedatum:

Adres:

Telefoon:

E-mail:

Noodcontact (naam + telefoonnummer):

.....

☐

Ik geef toestemming tot het nemen van foto's tijdens de 2310-sporteldag.

Dit beeldmateriaal kan gebruikt worden voor publiciteit via één van de gemeentelijke kanalen.

☐

Ik wil geïnformeerd worden over gelijkaardige activiteiten.

Vergeet zeker niet je keuze aan te duiden op de achterzijde!



Dienst Vrije Tijd

sport@rijkevorsel.be - 03 340 00 54