

Activiteiten Bouwlust/Vredrust



Activiteit	Locatie	Wijk	Dag	Tijd	Doelgroep	Kosten
Fietsles	Allekanten, Speelzijde 8	Bouwlust	Dinsdag	14:00 - 15:00	M/V 18+	Gratis
Fietsles	Allekanten, Speelzijde 8	Bouwlust	Dinsdag	12:30 - 13:30	M/V 50+	Gratis
Fietsles	Allekanten, Speelzijde 8	Bouwlust	Woensdag	10:30 - 11:30	M/V 18+	Gratis
Fietsles	Allekanten, Speelzijde 8	Bouwlust	Vrijdag	13:00 - 14:00	M/V 18+	Gratis
Fietsles	Allekanten, Speelzijde 8	Bouwlust	Vrijdag	14:00 - 15:00	M/V 18+	Gratis
Lady Fit	Allekanten, Speelzijde 8	Bouwlust	Woensdag	09:00 - 10:00	V 50+	Gratis
Wandelen (NDC)	Allekanten, Speelzijde 8	Bouwlust	Donderdag	13:00 - 14:00	M/V 18+	Gratis
Wandelen	De Uithof		Vrijdag	13:30 - 14:30	M/V	Gratis
Fitness	HAAG 88	Bouwlust	Maandag	18:30 - 20:30	M/V 55+	€50,- per kwartaal
Internationale Dans	Kameleon, Veldzicht 20	Bouwlust	Dinsdag	9:45 - 11:00	M/V	€12,- per maand
Line Dans (gevorderd)	Kameleon, Veldzicht 20	Bouwlust	Dinsdag	11:15 - 12:30	M/V	€12,- per maand
Line Dans (half-gevorderd)	Kameleon, Veldzicht 20	Bouwlust	Dinsdag	12:45 - 14:00	M/V	€12,- per maand
Line Dans (gevorderd)	Kameleon, Veldzicht 20	Bouwlust	Woensdag	20:00-22:15	M/V	€15,- per maand
Senioren Actief (racket en balspelen)	Kameleon, Veldzicht 20	Bouwlust	Donderdag	10:45-11:45	M/V 40+	€13,50 per maand
Wandelen (NDC)	Orteveltstraat Huisarts Medicaya	Bouwlust	Dinsdag	11:00 - 12:00	M/V	Gratis
Walking Football	SV Erasmus, Erasmusweg	Vrederust	Woensdag	13:30 - 15:00	M/V 55+	Gratis
Senioren Fit	SV Erasmus, Erasmusweg	Vrederust	Woensdag	10:00 - 11:00	M/V 50+	Gratis
Lady Fit	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Maandag	09:00 - 10:00	V 18+	Gratis
Lady Fit	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Woensdag	09:00 - 10:00	V 18+	Gratis

Vitality Club Bouwlust	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Vrijdag	10:00 - 11:00	M/V 50+	Gratis
Stoelyoga	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Dinsdag	11:00-12:00	M/V 18+	€2,50 per keer
Stoelyoga	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Donderdag	14:00-15:00	M/V 18+	€2,50 per keer
Yoga	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Dinsdag	09.30 - 10.30	M/V 18+	€2,50 per keer
Spoorline dansen	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Donderdag	19.30 - 22.30	n.b.	€15,- per maand
Qigong	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Donderdag	14:00 - 15:15	M/V 18+	5,- per keer
Yoga	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Dinsdag	9:30-10:30		3,- per keer
Dansmix	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Vrijdag	10.00 - 11.30	M/V 55+	Gratis
Moeder en dochter sportactiviteiten	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Vrijdag	16:00 - 17:00	V 18+	Gratis
Thaiboksen	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Woensdag	18.00 - 20.00	M/V 18+	N.B.
Thaiboksen	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Vrijdag	18.00 - 20.00	M/V 18+	N.B.
Senior Actief spelsporten	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Maandag	10.30 - 11.30	M/V 65+	€ 9,- pm/ Ooievaarspas € 4,50 pm
Volleybal (dames)	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Woensdag	09.00 - 12.00	V 18+	€ 9,- pm/ Ooievaarspas € 4,50 pm
Badminton	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Donderdag	20.00 - 22.00	M/V 21+	€ 2,- per keer
Fietsclub	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Vrijdag	10.00 - 14.30	M/V 55+	€ 7,50,- per seizoen (april-oktober)
Senior Actief Gymoefenigen	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Maandag	10:30 - 11:30	M/V 65+	€ 9,- pm/ Ooievaarspas € 4,50 pm

Senior Actief Gymoefenigen	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Maandag	14:15 - 15:15	M/V 65+	€ 9,- pm/ Ooievaardspas € 4,50 pm
Thai Chi	Wijkcentrum Bouwlust, Eekhoornrade 215	Bouwlust	Maandag	14:00 - 15:00	M/V	€ 5,- per keer
MBvO	Wijkvereniging Vrederust, Melis Stokelaan 2496W	Vrederust	Maandag	12:15 - 13:00	M/V 70+	N.B.