



Club Goud

sporten en bewegen voor 55+

Club Goud is dé sportclub voor sportievelingen in de leeftijd van 55 jaar en ouder die in hun gouden jaren willen sporten en bewegen. Elke week kunt u deelnemen aan een sportactiviteit onder begeleiding van een professionele sportbegeleider. De les begint met een centrale warming-up. Daarna zullen oefeningen uitgevoerd worden ten behoeve van de coördinatie, stabiliteit, spierkracht, lenigheid etc. Vervolgens kunt u verschillende sporten beoefenen waarbij er regelmatig een sportaanbieder van desbetreffende sport een gastles komt verzorgen.

Nadien is er mogelijkheid een kopje koffie of thee te drinken.

Iedereen is welkom! Ervaring met sporten is niet vereist.

U kunt deelnemen op uw eigen niveau.

Startdatum:

Dinsdag 1 november 2011

Elke dinsdag van 10:00 – 11:00 uur (behalve in de kerstvakantie).

Kosten:

U kunt kiezen uit verschillende abonnementen:

Maandabonnement	€ 18,-
Kwartaalabonnement	€ 48,-
Jaarabonnement	€ 135,-

Locatie:

Oktober t/m Maart: Sporthal Oostgaarde
April t/m September: Sportpark Schenkel
(bij slecht weer in sporthal Oostgaarde)

Er zijn geen inschrijfkosten aan verbonden en er bestaat geen opzegtermijn. Het is mogelijk eerst een gratis proefles te volgen om te bekijken of de activiteit u aanspreekt.

Wilt u zich ook aanmelden?!

Bel met Sportief Capelle op telefoonnummer 010-2588787 en meld u aan!

U kunt op ieder moment van het jaar instromen.

