

Inlooplocatie Oosterheem

Zanzibarplein 5, Tel 088 023 42 75 (naast sporthal De Oosterpoort)

Meedoen? Neem contact op met:

Liza Soffner l.soffner@inzet-indewijk.nl | 06 212 07 687

* Deze activiteiten kunnen betaald worden met een Zoetermeerpas

MAANDAG	
09.00 - 10.30	Taal café Nederlands
10.00 - 12.00	Vrij dansen op Oriëntaalse muziek
10.00 - 13.00	Senioreninloop en lunch
13.30 - 17.00	Wijkinloop - ouderensoos spelletjesmiddag (deelname gratis, consumptie voor eigen rekening)
DINSDAG	
09.00 - 10.00	Taal café - Frans beginners (Er wordt een bijdrage gevraagd worden van €30 voor 15 lessen)
10.00 - 11.00	Taal café - Frans gevorderden (Er wordt een bijdrage gevraagd worden van €30 voor 15 lessen)
10.15 - 11.15	Stoelyoga * (kosten: €15,10 pm)
11.30 - 12.30	Meer bewegen voor ouderen * (De kosten zijn €15,10 pm)
13.30 - 16.00	Koersbal (lijkt op Jeu de Boules. Deelname is gratis, consumptie voor eigen rekening)
WOENSDAG	
10.00 - 12.00	Wijkinloop - Bij de burens (deelname gratis, consumptie voor eigen rekening)
13.30 - 15.30	Crea café Breien en haken (deelname gratis, consumptie voor eigen rekening)
19.00 - 21.00	Crea café Breien en haken (deelname gratis, consumptie voor eigen rekening)
DONDERDAG	
09.00 - 10.00	Yoga * (kosten: €15,10 pm)
10.05 - 11.05	Yoga * (kosten: €15,10 pm)
11.10 - 12.10	Yoga * (kosten: €15,10 pm)
VRIJDAG	

09.00 - 11.30	Crea café Teken en schilderen (Er wordt een kleine bijdrage gevraagd van € 6,- per kwartaal voor gebruik van materialen)
09.00 - 10.00	Taal café Spaans - beginners 1 (Er wordt een bijdrage gevraagd van € 22 voor 10 lessen)
10.00 - 11.00	Taal café Spaans - beginners 2 (Er wordt een bijdrage gevraagd van € 22 voor 10 lessen)
11.00 - 12.30	Taal café Spaans - beginners 3 (Er wordt een bijdrage gevraagd van € 33 voor 10 lessen)
13.00 - 18.00	Bridge
ZONDAG	
13.00 - 14.00	Yoga (HOBZ) Hindoestaanse ouderensoos
13.00 - 17.00	HOBZ (1x in de 2 weken. Deelname gratis, consumptie voor eigen rekening)