

**Beweegprogramma Didam e.o.**

Maandag	Tijd	Locatie	Kosten	contactpersoon	telefoon
Yoga	09,00-10,00	Sporthal Brede school Zuid	€36,00 p/kw	M. van de Kerkhof	0316-223375
Yoga	10,00-11,00	Sporthal Brede school Zuid	€36,00 p/kw	M. van de Kerkhof	0316-223375
Walking Football	10,00-12,00	DVC'26	€10,00 p/m	P. Aal	06-53703587
Beweegtuin	15,00-15,45	Raadhuisstraat	Gratis	M. Jochems	06-3858398
Fysio Sportief	16,30-17,30	Fysiotherapie Didam	€30,00 p/m	E. Mensink	0316-221156
Conditie/bewegingsgym	19,30-20,30	Dijksestraat 4	€23,75 p/m	Renate Visser	06-41416582

## Nationale Diabetes Challenge

19.00	Aerofitt, Hengelderweg 18	Gratis	Iris Schaars	06-12878920
-------	---------------------------	--------	--------------	-------------

Dinsdag	Tijd	Locatie	Kosten	contactpersoon	telefoon
Fysio Sportief	08,00-09,00	Fysiotherapie Didam	€30,00 p/m	E. Mensink	0316-221156
Yoga	09,30-10,30	Sporthal Brede school Zuid	€36,00 p/kw	M. van de Kerkhof	0316-223375
Koersbal	10.30- 12.00	Bredeschool Noord	€ 7,00 p/m	Tineke Labots	0316-226492
Therapeutisch zwemmen	12,30-14,00	Zwembad de Hoevert	€30,00 p/m	R. Englebert	0316-296100
Fysio Sportief	13,00-14,00	Fysiotherapie Didam	€30,00 p/m	E. Mensink	0316-221156
Koersbal	13.30- 15.30	Bredeschool Noord	€ 7,00 p/m	Tineke Labots	0316-226492
50+ Zwemmen	14,00-15,30	Zwembad de Hoevert	€30,00 p/m	R. Englebert	0316-296100
Gymnastiek	13,30-14,30	Sporthal Brede school Zuid	€22,50 p/kw	M. Hendriksen	0316-221949
Voel je fitter	14,30-15,30	Sporthal Brede school Zuid	€22,50 p/kw	M. Hendriksen	0316-221949

Woensdag	Tijd	Locatie	Kosten	contactpersoon	telefoon
Fysio Sportief	16,00-17,00	Fysiotherapie Didam	€30,00 p/m	E. Mensink	0316-221156
Conditie/bewegingsgym	09.30-10.30	Luijnhorststraat 10B	€23,75 p/m	Renate Visser	06-41416582
Rondje Nevelhorst/Wandel je fit	09.30-10.30	Parkeerplaats DVC '26 Didam	€15,00 p/m	H. Jansen	0615351608
Sport, spel en bewegen	13.30- 14.30	Sporthal Muizenberg	€40,- p/kw	Thea Kuppens	06-48601130
Koersbal	13.30- 16.00	Bredeschool Noord	€ 7,00 p/m	Tineke Labots	0316-226492

Donderdag	Tijd	Locatie	Kosten	contactpersoon	telefoon
Stoel Yoga	14,30-15,15	Meulevelden	€25,00 p/kw	M. van de Kerkhof	0316-223375
Voel je Fitter	15.45-16.45	Sporthal Brede school Zuid	€22,50 p/kw	M. Hendriksen	0316-221949
Fysio sportief	18.30-1.,30	Fysiotherapie Didam	€30,00 p/m	E. Mensink	0316-221156
Dieks Ommetje	14.00-15.30	Nieuw Dijk, Digi Diek en Welcom	Gratis	W.Thijssen	06-81024892
Conditie/bewegingsgym	19.00-20.00	Dijksestraat 4	€23,75 p/m	Renate Visser	06-41416582

Vrijdag	Tijd	Locatie	Kosten	contactpersoon	telefoon
50+ zwemmen	09,00-10,00	Zwembad de Hoevert	€30,00 p/m	R. Englebert	0316-296100
Aquafit	09,45-10,45	Zwembad de Hoevert	€30,00 p/m	R. Englebert	0316-296100
Tai chi	10,30-11,30	Meulevelden	€27,00 p/kw	Mies v.d. Kerkhof	0316-223375

Therapeutisch zwemmen Rondje Nevelhorst/Wandel je fit	13,00-14,30 09.30-10.30	Zwembad de Hoevert Parkeerplaats DVC'26 Didam	€30,00 p/m €15,00 p/m	R. Englebert H. Jansen	0316-296100 0615351608
---	----------------------------	--	--------------------------	---------------------------	---------------------------

---