

Week	Sport en vereniging	Adres	Datum	Dag en tijdstip	Aanmelden (zet een kruisje)	Opmerkingen
17	Tafeltennis bij Budilia	Grote sportzaal in de Borgh: Dr. Ant. Mathijssenstraat 15 Budel	24-04-2023	Maandag 20:00 – 22:00 uur		Draag zaalsportschoenen en sportkleding. Batje kan worden geleend.
			25-04-2023	Dinsdag 09:00 – 11:00 uur		
			27-04-2023	Donderdag 18:30 – 19:30 uur		
	Fit en Vitaal bij Sportivo	Sportlaan 1 Budel	26-04-2023	Woensdag 13:30 uur		Handdoek verplicht. Hemdje mag niet, T-shirt mag wel.
			27-04-2023	Donderdag 9:00 uur		
	Body Balance bij Sportivo		26-04-2023	Woensdag 10:00 uur		
	28-04-2023		Vrijdag 10:00 uur			
	Powerwalk bij Dagmar van den Heuvel	De Schakel: Sint Barbaraweg 1, Budel-Dorplein. Verzamelen bij wandelbord Kempenbroek, hoek parkeerplaats/Hoortweg.	24-04-2023	Maandag 18:45 – 19:30 uur		Voor gevorderden. Geen stugge wandelschoenen.
			26-04-2023	Woensdag 18:45 – 19:30 uur		
			28-04-2023	Vrijdag 10:00 – 11:00 uur		Rustige training. Geen stugge wandelschoenen.
			29-04-2023	Zaterdag 8:45 – 9:30 uur		Voor gevorderden. Geen stugge wandelschoenen.
Zaterdag 9:45 – 10:30 uur					Iets lager niveau dan gevorderden. Geen stugge wandelschoenen.	
18	Tafeltennis bij Budilia	Grote sportzaal in de Borgh: Dr. Ant. Mathijssenstraat 15 Budel	1-05-2023	Maandag 20:00 – 22:00 uur		Draag zaalsportschoenen en sportkleding. Batje kan worden geleend.
			2-05-2023	Dinsdag 09:00 – 11:00 uur		
			4-05-2023	Donderdag 18:30 – 19:30 uur		
	Fit en Vitaal bij Sportivo	Sportlaan 1 Budel	3-05-2023	Woensdag 13:30 uur		Handdoek verplicht. Hemdje mag niet, T-shirt mag wel.
			4-05-2023	Donderdag 9:00 uur		

	Body Balance bij Sportivo		3-05-2023	Woensdag 10:00 uur		
			5-05-2023	Vrijdag 10:00 uur		
	Powerwalk bij Dagmar van den Heuvel	De Schakel: Sint Barbaraweg 1, Budel-Dorplein. Verzamelen bij wandelbord Kempenbroek, hoek parkeerplaats/Hoortweg.	1-05-2023	Maandag 18:45 – 19:30 uur		Voor gevorderden. Geen stugge wandelschoenen.
			3-05-2023	Woensdag 18:45 – 19:30 uur		
			5-05-2023	Vrijdag 10:00 – 11:00 uur		Rustige training. Geen stugge wandelschoenen.
			6-05-2023	Zaterdag 8:45 – 9:30 uur		Voor gevorderden. Geen stugge wandelschoenen.
	Zaterdag 9:45 – 10:30 uur			Iets lager niveau dan gevorderden. Geen stugge wandelschoenen.		
19	Hart trimgroep bij Turnlust	Danszaal van de Zuiderpoort: Sportlaan 7 Budel	8-05-2023	Maandag 20:00 uur		Sportkleding en gym schoenen vereist
Jazz Gym bij Turnlust	8-05-2023		Maandag 8:30 – 9:30 uur			
			Maandag 19:00 – 20:00 uur			
	10-05-2023		Woensdag 8:45 – 9:45 uur			
MBvO (meer bewegen voor ouderen) bij Turnlust	9-05-2023		Woensdag 10:00 – 11:00 uur			
			Dinsdag 10:00 – 11:00 uur			
Senioren gym bij Turnlust	11-05-2023		Donderdag 18:00 – 19:00 uur			
Line Dance bij Turnlust	De Borgh: Dr. Ant. Mathijssenstraat 15 Budel	11-05-2023	Donderdag 9:30 – 10:45 uur			
			Donderdag 10:45 – 12:00 uur			
FysioFitness bij Fysio-Fit	Burg. Van Houtstraat 82 Budel	8-05-2023	Maandag 19:00 – 20:00 uur		Sportkleding	
			Maandag 20:00 – 21:00 uur			

	(fitness groepen onder begeleiding van een fysio)		9-05-2023	Dinsdag 9:30 – 10:30 uur		
			10-05-2023	Woensdag 9:30 – 10:30 uur		
			11-05-2023	Donderdag 9:00 – 10:00 uur		
				Donderdag 18:30 – 19:30 uur		
			12-05-2023	Vrijdag 16:00 – 17:00 uur		
20	Hart trimgroep bij Turnlust	Danszaal van de Zuiderpoort: Sportlaan 7 Budel	15-05-2023	Maandag 20:00 uur		Sportkleding en gymschoenen vereist
	Jazz Gym bij Turnlust		15-05-2023	Maandag 8:30 – 9:30 uur		
				Maandag 19:00 – 20:00 uur		
	MBvO (meer bewegen voor ouderen) bij Turnlust		17-05-2023	Woensdag 8:45 – 9:45 uur		
				Woensdag 10:00 – 11:00 uur		
	Seniorengym bij Turnlust		16-05-2023	Dinsdag 10:00 – 11:00 uur		
		18-05-2023	Donderdag 18:00 – 19:00 uur			
	Line Dance bij Turnlust	De Borgh: Dr. Ant. Mathijssenstraat 15 Budel	11-05-2023	Donderdag 9:30 – 10:45 uur		
				Donderdag 10:45 – 12:00 uur		
	FysioFitness bij Fysio-Fit (fitness groepen onder begeleiding van een fysio)	Burg. Van Houtstraat 82 Budel	8-05-2023	Maandag 19:00 – 20:00 uur		
Maandag 20:00 – 21:00 uur						
9-05-2023			Dinsdag 9:30 – 10:30 uur			
10-05-2023			Woensdag 9:30 – 10:30 uur			
11-05-2023			Donderdag			

				9:00 – 10:00 uur		
				Donderdag 18:30 – 19:30 uur		
			12-05-2023	Vrijdag 16:00 – 17:00 uur		
21	Badminton bij BC Maarheeze	De Smeltkroes: Kijkakkers 1 Maarheeze	24-05-2023	Woensdag 20:30 - 22:30 uur		Draag zaalsportschoenen en sportkleding. Racket kan worden geleend.
			26-05-2023	Vrijdag 20:30 - 22:30 uur		
	Baantjes zwemmen (met instructie) bij ZPK Budel	Zuiderpoort: Sportlaan 7 Budel	22-05-2023	Maandag 20:00 – 21:00 uur		Voor zowel beginnend als ervaren zwemmers. Draag badkleding.
			24-05-2023	Woensdag 9:00 – 10:00 uur		
			25-05-2023	Donderdag 20:00 – 21:00 uur		
	Donderdag 21:00 – 22:00 uur					
	Tai Chi	Park achter de Zuiderpoort. Toegang via zijpoort achter zwembad.	23-05-2023	Dinsdag 9:30 – 10:30 uur		Makkelijk zittende kleding en wandel/sportschoenen.
25-05-2023			Donderdag 9:30 – 10:30 uur			
22	Badminton bij BC Maarheeze	De Smeltkroes: Kijkakkers 1 Maarheeze	31-05-2023	Woensdag 20:30 - 22:30 uur		Draag zaalsportschoenen en sportkleding. Racket kan worden geleend.
			2-06-2023	Vrijdag 20:30 - 22:30 uur		
	Baantjes zwemmen (met instructie) bij ZPK Budel	Zuiderpoort: Sportlaan 7 Budel	29-05-2023	Maandag 20:00 – 21:00 uur		Voor zowel beginnend als ervaren zwemmers. Draag badkleding.
			31-05-2023	Woensdag 9:00 – 10:00 uur		
			1-06-2023	Donderdag 20:00 – 21:00 uur		
	Donderdag 21:00 – 22:00 uur					
	Hardlopen/ joggen bij de Bergrunners	In het bos tegenover Berg 22 Budel	29-05-2023	Maandag 18:45 – 20:00 uur		Sportkleding
31-05-2023			Woensdag 9:00 – 10:20 uur			

			3-06-2023	Zaterdag 8:30 – 10:00 uur		
	Actief wandelen/ Nordic Walking bij Bergrunners	150m voorbij Berg 22 Budel (einde verharde weg)	30-05-2023	Dinsdag 9:00 – 10:20 uur		Wandelkleding
Dinsdag 18:45 – 20:00 uur						
31-05-2023			Woensdag 9:00 – 10:20 uur			
1-06-2023			Donderdag 9:00 – 10:20 uur			
	Tai Chi	Park achter de Zuiderpoort. Toegang via zijpoort achter zwembad.	30-05-2023	Dinsdag 9:30 – 10:30 uur		Makkelijk zittende kleding en wandel/sportschoenen.
			1-06-2023	Donderdag 9:30 – 10:30 uur		
23	Recreatief volleybal bij VCM Volleybal	De Smeltkroes: Kijkakkers 1 Maarheeze	8-06-2023	Donderdag 19:30 – 21:00 uur		Draag sportschoenen met een lichte zool en sportkleding.
	Trimhockey	Sportpark de Romrijten: de Romrijten 8 Maarheeze	6-06-2023	Dinsdag 20:45 – 22:00 uur		Sportkleding en schoenen. GEEN schoenen met noppen. Stick kan worden geleend.
	Hardlopen/ joggen bij de Bergrunners	In het bos tegenover Berg 22 Budel	5-06-2023	Maandag 18:45 – 20:00 uur		Sportkleding
			7-06-2023	Woensdag 9:00 – 10:20 uur		
			10-06-2023	Zaterdag 8:30 – 10:00 uur		
	Actief wandelen/ Nordic Walking bij Bergrunners	150m voorbij Berg 22 Budel (einde verharde weg)	6-06-2023	Dinsdag 9:00 – 10:20 uur		Wandelkleding
				Dinsdag 18:45 – 20:00 uur		
7-06-2023			Woensdag 9:00 – 10:20 uur			
8-06-2023			Donderdag 9:00 – 10:20 uur			
24	Recreatief volleybal bij VCM Volleybal	De Smeltkroes: Kijkakkers 1 Maarheeze	15-06-2023	Donderdag 19:30 – 21:00 uur		Draag sportschoenen met een lichte zool en sportkleding.

	Trimhockey	Sportpark de Romrijten: de Romrijten 8 Maarheeze	13-06-2023	Dinsdag 20:45 – 22:00 uur		Sportkleding en schoenen. GEEN schoenen met noppen. Stick kan worden geleend.
25	Stoelyoga bij Inukshukyoga	Stationsstraat 12 Maarheeze (groene deur)	23-06-2023	Vrijdag 10:30 – 11:45 uur		Makkelijk zittende kleding
	Wielrennen bij TWC de Zwoegers	Maarheezerweg 9-11 Budel	25-06-2023	Zondag 9:00 – 11:30 uur		In bezit van eigen racefiets en ervaring in het fietsen van groepen (ongeveer 15 fietsers) is een eis.
	55+ circuit bij Fitlife	Instraat 9A Budel	20-06-2023	Dinsdag 11:00 – 12:15 uur		Makkelijk zittende kleding
			23-06-2023	Vrijdag 11:00 – 12:15 uur		
	Balance bij Fitlife (combi tussen yoga, tai-chi en pilates)		19-06-2023	Maandag 19:30 – 20:30 uur		
			21-06-2023	Woensdag 10:00 – 11:00 uur		
				Woensdag 20:35 – 21:35 uur		
23-06-2023			Vrijdag 10:00 – 11:00 uur			
25-06-2023			Zondag 11:05 – 12:05 uur			
26	Stoelyoga bij Inukshukyoga	Stationsstraat 12 Maarheeze (groene deur)	30-06-2023	Vrijdag 10:30 – 11:45 uur		Makkelijk zittende kleding
	Wielrennen bij TWC de Zwoegers	Maarheezerweg 9-11 Budel	2-07-2023	Zondag 9:00 – 11:30 uur		In bezit van eigen racefiets en ervaring in het fietsen van groepen (ongeveer 15 fietsers) is een eis.
	55+ circuit bij Fitlife	Instraat 9A Budel	27-06-2023	Dinsdag 11:00 – 12:15 uur		Makkelijk zittende kleding
			30-06-2023	Vrijdag 11:00 – 12:15 uur		
	Balance bij Fitlife (combi tussen yoga, tai-chi en pilates)		26-06-2023	Maandag 19:30 – 20:30 uur		
28-06-2023			Woensdag 10:00 – 11:00 uur			

				Woensdag 20:35 – 21:35 uur		
			30-06-2023	Vrijdag 10:00 – 11:00 uur		
			2-07-2023	Zondag 11:05 – 12:05 uur		