



# Beweegaanbod Zomervakantie 2018

## Fit & Vitaal de zomer in met Sport Vitaal!

Van maandag 16 juli t/m woensdag 29 augustus organiseert Sport Vitaal een gevarieerd en voordelig sportprogramma voor actieve 55+-ers. Kies uw favoriete sport en **meld u aan!**

### Indoor:

- 3 x Yoga op maandagochtend
- 5 x Dans op woensdagochtend

**Locatie:** sportcomplex Oosterhout, Vondelstraat 35

**Prijs:** 3 euro p.p. per les

### Outdoor:

- 4 x Sport in de buitenlucht op maandagavond
- 2 x Wandeling met lunch op woensdagochtend

**Locatie:** Wijkboerderij Oosterhout, Vondelstraat 31

**Prijs:** 3 euro p.p. per fitness les in de buitenlucht/  
10 euro p.p. per wandeling met lunch

Meer info? Bel 072-5489297 of ga naar:

[www.alkmaarsport.nl/zomerlessen](http://www.alkmaarsport.nl/zomerlessen)

Vondelstraat, Alkmaar

072 548 92 97 | [sportvitaal@alkmaarsport.nl](mailto:sportvitaal@alkmaarsport.nl)

**Korting Alkmaar-  
Pas: € 1,25 per keer**

**ALKMAARSPORT** 

*samenwerken in sport*



# Zomerooster in de Oosterhout

## Aangepaste lestijden sportcomplex Oosterhout

Van maandag 23 juli tot en met woensdag 29 augustus geldt een aangepast zomerooster.

<b>Fitness</b>	<b>Heren &amp; Dames</b>
Maandag	09.15 - 12.00 uur
Dinsdag**	09.00 - 12.00 uur
Donderdag**	09.00 - 12.00 uur

<b>Fitness</b>	<b>Ladies only</b>
Woensdag*	09.15 - 12.00 uur
Vrijdag	09.15 - 12.00 uur

\*Woensdag 25 juli, 1 augustus, 8 augustus, 22 augustus en 29 augustus start de fitness les **vanaf 10.30 uur**.

\*\*Dinsdag 14 aug, donderdag 16 aug, dinsdag 21 augustus en donderdag 23 augustus is de fitnessruimte de gehele dag **gesloten**.

[www.alkmaarsport.nl/fitness](http://www.alkmaarsport.nl/fitness)

Vondelstraat 35, Alkmaar  
072 548 92 97 | [sportvitaal@alkmaarsport.nl](mailto:sportvitaal@alkmaarsport.nl)

**Zomer kaart:**  
**6 x voor € 12,- óf**  
**Reguliere kaart:**  
**10 x voor € 16,-**

**ALKMAARSPORT** 

*samenwerken in sport*