

# Programma Ouderen in Beweging in Dalftsen

	Maandag 18 november	Dinsdag 19 november	Woensdag 20 november	Donderdag 21 november	Vrijdag 22 november
DTV Tafeltennis	14.00-15.30				
Walking Football				10.00-12.00	
Green Shoes		09.30-11.30			
ASC GYM en Dans			Voor > 70+ 18.00-19.00 Voor > 55+ 20.30-21.30		
Rosengaerde ouderengym					09.30-10.15
Saam Welzijn	Fit en vitaal 55+ 14.30-15.30 Stijldansen 15.30-16.45	Fit gym 09.30-10.30 Koersbal 09.30-11.30 Pilates 10.30-11.30		Yoga 09.30-10.30	
Biljartvereniging 'de Trefkoele'		14.00-17.00			
Jeu de Boule '88			10.00-12.00		
BC Trefzeker Badminton			20.00-21.00		
Tai Chi	10.00-11.00				
Sportjemeer		09.00-10.00		08.45-09.45	