



## Afspraken BrabantZorg - Zorgcoöperatie Zeeland

### Programma

- 08.30 - 09.15 uur Ontmoetingsplein
- 09.15 - 09.45 uur Bewegen in 't Beweeghofke
- 09.30 uur Wandeling 5 km. en 10 km.
- 10.15 uur Wandeling 3 km.
- 10.00 - 10.45 uur Meer Bewegen voor Ouderen (les 1)
- 11.00 - 11.45 uur Meer Bewegen voor Ouderen (les 2)

### Afspraken

- Het ontmoetingsplein is tussen 8.30 uur en 9.15 uur beschikbaar voor de Buurtsportcoach van Landerd SportZO om inwoners uit Zeeland en directe omgeving te woord te staan m.b.t. vragen over sport en bewegen.
- Het bewegen in 't Beweeghofke, de beweegtuin, is een beweegles in de buitenlucht. Bij slecht weer stelt BrabantZorg de fitnessruimte ter beschikking van 9.15 tot 9.45u.
- De buurtsportcoach van Landerd SportZO beheert de strippenkaarten voor de deelnemers aan het bewegen in 't Beweeghofke.
- De wandelaars van de 5 en 10 km kunnen vanaf 9.15 uur verzamelen in de Pater Bergsma zaal. Om 9.30 uur start de wandeling
- BrabantZorg stelt de Pater Bergsma zaal ter beschikking tussen 9.15 uur en 9.30 uur voor de wandelaars van de 5 en 10 km.
- De wandelaars van de 5 km hebben de mogelijkheid om bij terugkomst (rond 10.45 uur) een kopje koffie/thee te nuttigen in de Pater Bergsma zaal.
- De wandelaars van de 10 km hebben de mogelijkheid om bij terugkomst (rond 11.45 uur) van de wandeling een kopje koffie/thee te nuttigen in de Pater Bergsma zaal.
- Een vrijwilliger van BrabantZorg zal de koffie/thee in koffie-/theekannen aanbieden met daarbij de andere benodigdheden.
- Het servies voor de koffie/thee wordt door BrabantZorg aangeboden.
- De gastheren/gastvrouwen van de Zorgcoöperatie Zeeland zullen het servies klaar zetten en na afloop van elke terugkomst van wandelaars (5km en 10km) ook opruimen.
- De wandelaars van de 3 km vertrekken om 10.15 uur vanuit D'n Inloop. De wandelaars kunnen vooraf een kopje koffie/thee nuttigen in D'n Inloop.

***Een vrije gift voor de koffie/thee door de deelnemers is welkom!!!***