



Bewegen is gezond en leuk, ook voor mensen met een lichamelijke of verstandelijke beperking.

Tijdens de G-sportdag op **zaterdag 14 oktober** kunnen zij **van 9 tot 15.15** uur kennismaken met verschillende sporten.

In de voormiddag vinden de activiteiten plaats in De Vossenbergh, in de namiddag op het Netepark of bij bowling het Ven. Iedereen mag meedoen.

Deelnemers moeten zelf voor vervoer en begeleiding zorgen. U mag de hele dag deelnemen, of u mag een voor- of namiddag kiezen.

Info & inschrijving: www.herentals.be/g-sportdag

Een organisatie van de dienst sport, jeugd en internationale samenwerking, tel. 014-21 21 86, sportdienst@herentals.be

Programma



09.00 uur: welkom

09.30 – 10.30 uur: sportsessie 1

- ☆ G-dans
- ☆ Rolstoeldans
- ☆ Basketbal

10.30 – 10.45 uur: korte pauze

10.45 – 11.45 uur: sportsessie 2

- ☆ Judo
- ☆ Turnen
- ☆ Basketbal

11.45 – 12.30 uur: middagpauze

12.30 – 13.00 uur: verplaatsing naar het Netepark of bowling het Ven

13.00 – 14.00 uur sportsessie 3

- ☆ Atletiek
- ☆ Schaatsen
- ☆ Voetbal

14.00 – 14.15 uur: korte pauze

14.15 – 15.15 uur: sportsessie 4

- ☆ Atletiek
- ☆ Schaatsen
- ☆ Voetbal

OF

13.00 – 15.00 uur: sportsessie bowlen

