



**Verschillende
activiteiten
in Rosmalen**

**26 juli t/m
11 augustus**

**Een initiatief
van Farent, Huis73,
en 'S-PORT.**

**Programma-
boekje**

Lang leve...!



SENIORENSPELEN

Opening Seniorenspele

Op vrijdag 26 juli vieren wij van 14.00 tot 17.00 uur de opening van de Seniorenspele in Franse stijl met hapjes, drankjes, muziek en leuke activiteiten. Het perfecte moment om je bure te ontmoeten en ons programma te leren kennen. Kom je ook?

Tekenclub

Vind je het leuk om te leren tekenen of schilderen? Loop dan eens binnen bij de gezellige teken/schilderclub in het steunpunt Van Meeuwenhof. Iedere dinsdagochtend is de club van 9.00 tot 12.00 aanwezig. Meer informatie? Neem contact op met: Jan van Rooij, via 073 532 19 27

Bosch Stadslid

Een Bosch stadslid gemaakt door Bart van Dongen (stadscomponist) en Kelly Verdonk (stadsdichter), met elke wijk een eigen couplet. Rosmalen trapt af. Repetities: 29 juli, 2 en 5 augustus in de Annenborch onder begeleiding van een ervaren dirigent. Optreden: vrijdagochtend 9 augustus. Deelname is gratis! Aanmelden (voor bij voorkeur de hele reeks) kan via de agenda van Huis73



Fietsmaatjes

Houd je van fietsen, kun je niet meer zelfstandig fietsen, maar wil je toch graag Rosmalen verkennen? Wij van Fietsmaatjes gaan graag met je op pad met de Duo-fiets. Kom je op dinsdagmiddag 30 juli kennismaken met Fietsmaatjes? Leuk! Als je wilt kun je ook meteen een (kort) rondje mee op de Duo-fiets om te ervaren hoe dat is. Vooraf aanmelden is niet nodig.

55+ voetbal

Anders dan bij Walking Football mag hier wel worden gerend. Wil je een meer intensieve vorm van voetbal en wil je je wel even inspannen? Dan is 55+ voetbal mogelijk wel iets voor jou. Graag vooraf aanmelden via: daanvandongen@farent.nl of 088 023 7500

Gym Beweeg U Fit!

Beweeg u Fit wordt aangeboden voor mensen van 65 jaar en ouder. Deze lessen richten zich op het behouden of verbeteren van o.a. conditie, kracht en lenigheid. Oefeningen kunnen zittend of staand naast de stoel worden gedaan. Ook gezelligheid is een belangrijk onderdeel! Max. 10 deelnemers. Graag vooraf aanmelden via: h.berentschot@s-hertogenbosch.nl of 06 25 30 34 53 (werkdagen, overdag)

Jeu de Boules

We hebben ook het typisch Franse spel Jeu de Boules op het programma. Wekelijks zijn er clubjes actief op de baan bij Van Meeuwenhof, ook op woensdagochtend van 9.30 tot 11.30 uur. Naast het spel draait het om de gezelligheid!

Kom je meedoen?

Contactpersoon: Pieter Vissers,

pieter.vissers@planet.nl

06 15 32 40 48 (op werkdagen, overdag)

Switch2Move

Dans op muziek vanuit je eigen kracht en op je eigen tempo!

Kom gezellig meedoen op 31 juli van 10.00 tot 11.30 in steunpunt Van Meeuwenhof.

Graag vooraf aanmelden via:

anitaputters@farent.nl

of 06 46 76 81 18

Muziek Bingo + wedstrijd kijken

Een gezellig uurtje vol Franse Chansons op 31 juli om 15.30.

Doe mee met de muziek-bingo en win leuke prijsjes. En.. als je het nummer kent; zing vooral lekker mee! Aansluitend kijken we gezamenlijk een Olympische wedstrijd: Waterpolo! (Nederland - Australië).

Locatie: Van Meeuwenhof.

Vooraf aanmelden is niet nodig.

Walking Football

Walking Football is voetbal waarbij niet mag worden gerend. Er wordt gespeeld zonder keepers en de bal mag niet boven heuphoogte komen.

Ideaal voor 60-plussers, omdat je minder risico loopt op blessures.

Doe gezellig mee! Graag vooraf aanmelden via:

daanvandongen@farent.nl

of 088 023 7500

Hoelahoep

Ben je benieuwd of je nog steeds kunt hoelahoepen?

Of heb je dit nog niet eerder gedaan

en wil je deze leuke beweegvorm wel eens ervaren? Kom dan meedoen met 'Helemaal Hoela' op woensdagmiddag! Je kunt meedoen

als je goed ter been bent; ervaring met hoelahoepen is niet nodig.

Graag vooraf aanmelden via:

l.peeters@s-hertogenbosch.nl

of 06 15 04 65 98 (op

werkdagen,

overdag)

Sjoelen

Sjoelen staat niet op het Olympische Programma, maar wel op de Seniorenspele in Rosmalen!

Kom je gezellig meedoen met dit leuke 'oud-Hollandse spel'?

Je kunt op donderdag 1 augustus binnenlopen bij het Parochiecentrum en meedoen, van 10.30 tot 11.45 uur. Aanmelden is niet nodig. Vragen?

Bel of mail Hilde Berentschot, buurtsport-coach, via: h.berentschot@s-hertogenbosch.nl

of 06 25 30 34 53

Verhaaltijd

Ontmoeting en samen verhalen delen: daar draait het om bij deze voorleesactiviteit voor volwassenen. Zin in een gezellig uurtje? Kom naar de bibliotheek voor een mooi verhaal onder het genot van een kopje koffie. Iedereen is van harte welkom! Aanmelden kan via de agenda van Huis73: Locatie: Huis73 Rosmalen (Perron3)



Dart toernooi

Darten geen Olympische sport? Dat is het wel bij de Seniorenspele! Graag vooraf aanmelden via: h.berentschot@s-hertogenbosch.nl of 06 25 30 34 53 (op werkdagen, overdag) Doe je mee? Wie weet ben jij de nieuwe Michael van Gerwen of Raymond van Barneveld.

Olympic Memories

Samen herinneringen ophalen, dat is de essentie van Olympic Memories. Bij OJC ROSMALEN ontmoeten we elkaar tijdens groepsbijeenkomsten en gaan we samen herinneringen ophalen aan het rijke olympische verleden van Nederland. Problemen met vervoer? Neem dan contact op met Linda (tel onderstaand), zij denkt met je mee! Graag vooraf aanmelden via: l.peeters@s-hertogenbosch.nl of 06 15 04 65 98 (op werkdagen, overdag)

Uitvoering Bosch Stadslied

Een Bosch stadslied gemaakt door Bart van Dongen (stadscomponist) en Kelly Verdonk (stadsdichter), met elke Bossche wijk een eigen couplet.

Rosmalen trapt af! Op vrijdagochtend 9 augustus presenteren een aantal enthousiaste Rosmalenaren het Rosmalens couplet in de Annenborch. Kom je ook kijken? Vooraf aanmelden is niet nodig.

Ontmoeting in het Parochiecentrum

In het parochiecentrum Rosmalen aan de Rodenborchweg 2 kun je 's ochtends tussen 10 en 12 uur binnenlopen, ook in de zomer. Van maandag tot en met donderdag geniet je van gezellig koffiedrinken, elkaar leren kennen en samen activiteiten doen.



Agenda Seniorenspele

Activiteit (locatie)	Datum en tijd
Opening Seniorenspele (Van Meeuwenhof)	26 juli – 14.00 -17.00 uur
Repetitie Bosch Stadslied (Annenborch)	29 juli – 11.00 - 12.00 uur
Tekenclub (Van Meeuwenhof)	30 juli – 9.00 - 12.00 uur
55+ Voetbal (OJC)	30 juli – 10.00 - 11.30 uur
Fietsmaatjes (Plein bij Vreeburgpassage)	30 jul – 13.00 - 15.30 uur
Gym Beweeg U Fit (Van Meeuwenhof)	30 juli – 13.30 - 14.30 uur
Jeu de Boules (Van Meeuwenhof)	31 juli – 9.30 - 11.30 uur
Switch2Move (Van Meeuwenhof)	31 juli – 10.00 - 11.30 uur
Muziek Bingo + Wedstrijd (Van Meeuwenhof)	31 juli – 13.00 - 15.30 uur
Hoelahoep (Zandverstuiving, Heiweg 25)	31 juli – 15.00 - 16.00 uur
Walking Football (OJC)	1 augustus – 10.00 - 11.30 uur
Sjoelen (Parochiecentrum)	1 augustus – 10.30 - 11.45 uur
Verhaaltijd (Huis73, Perron 3)	1 augustus – 11.00 - 12.00 uur
Repetitie Bosch Stadslied (Annenborch)	2 augustus – 11.00 - 12.00 uur
Dart toernooi (OJC)	2 augustus – 14.00 - 16.00 uur
Repetitie Bosch Stadslied (Annenborch)	5 augustus – 11.00 - 12.00 uur
55+ Voetbal (OJC)	6 augustus – 10.00 - 11.30 uur
Jeu de Boules (Van Meeuwenhof)	7 augustus – 9.30 - 11.30 uur
Hoelahoep (Zandverstuiving, Heiweg 25)	7 augustus – 15.00 - 16.00 uur
Olympic memories (OJC)	8 augustus – 13.30 - 16.00 uur
Uitvoering Bosch Stadslied (Annenborch)	9 augustus – 10.30 - 11.30 uur

Lang Leve...! is een initiatief van 'S-PORT, Farent en Huis73

