

de Postenclubs

Samen actief

de Postenclubs bieden vele sportieve en creatieve activiteiten voor senioren van 55 jaar en ouder.

U bent allen van harte welkom om lid te worden.

de Postenclubs van de Posten zijn toegankelijk voor alle senioren, dus ook senioren die niet in de Posten woonachtig zijn, kunnen lid worden.

Sportief of creatief

de Postenclubs bieden voor ieder wat wils. Bij de creatieve activiteiten staan het samen bezig zijn en het leggen van contacten voorop.

De sportieve activiteiten zijn een heerlijke manier om samen actief bezig te zijn en de conditie op peil te houden of op te bouwen. In de pauze of aan het eind van elke activiteit wordt er gezamenlijk koffie/thee gedronken en nagepraat.

Alle clubs worden begeleid door professionals en/of vrijwilligers met een groot hart voor het welzijn van ouderen en vinden voornamelijk plaats in de Noaberbrink van de Posten.

Activiteiten

de Postenclubs bieden onder andere de volgende activiteiten:

- Tai-Chi
- Koersbal
- Zit Yoga
- Jeu de Boule
- Creatieve middag
- Tekenen en schilderen
- Darten
- Schaken
- Computerbegeleiding
- Koor

Contact

Wilt u lid worden of wilt u meer informatie dan kunt u contact opnemen met de coördinator van de Postenclubs.

Telefoon 053 - 4 753 753