

## 09 uur

**Micasa FIT** ▶

09.00u Pilates

09.45u BOOTY

**FITTR**

09.00u Proeftraining

**Arense**

09.00u Proeftraining

**Atledo** ▶

09.00u Looptraining

09.00u Ouderen in  
Beweging



## 10 uur

**MOM in Balance**

10.00u Back in shape

**FITTR** ▶

10.00u Proeftraining

**De Vennen**

10.00u Ontdek BEN

**Atledo**

10.00u Technische  
atletiek training

**Arendse** ▶

10.00u Funct. fitness

10.00u Spinning

**Atledo**

10.00u Under 12  
training

**Micasa Fit**

10.15u Basic Step

10.45u HIIT Boxing

**Fysiotherapie  
Beljaart**

10.30u Medische fitness



## 11 uur

**Micasa FIT**

11.00u Functional  
Circuit Training

**MOM in Balance** ▶

11.00u MPower

**De Vennen**

11.00u Ontdek BEN

**Olympia '60** ▶

11.00u Voetbal  
Tryout

**Arendse**

11.00u Funct. fitness

**Atledo**

11.00u Talent-  
training

**Micasa Fit**

11.45u Latin

## 12 uur

**De Vennen**

12.00u Ontdek BEN

**Jeu de Boules** ▶

12.00u Clubtoernooi



## 13 uur

**De Vennen** ▶

13.00u Ontdek BEN

**Tevredenheid 1865**

13.00u Kennismaken  
met handboogschieten

**MHC Liberty**

13.30u Training jeugd  
(tussen de 5 en 7 jaar)



## 14 uur

**TC BAS Dongen**

14.00u Opendag

**MHC Liberty** ▶

14.30u Clinic gegeven  
door Internationals van  
het Nederlands elftal

## 15 uur

**Tevredenheid 1865**

15.00u Kennismaken  
met 3D handboog-  
sport

## 16 uur

**MHC Liberty**

16.00u Q&A en de  
3e helft

