

PRAKTISCHE INFORMATIE

- Vooraf inschrijven kan t.e.m. 5 mei 2022
- Aanvullende inschrijvingen gebeuren de dag zelf volgens het aantal beschikbare plaatsen. De dag zelf kan er niet meer ingeschreven worden voor de maaltijd.
- Inschrijven en betalen via uw gemeentelijke sportdienst of rechtstreeks via de sportdienst Izegem: 051 30 33 22, H. Hartstraat 15 te Izegem. Inschrijving enkel geldig bij betaling.
- Deelname sportnamiddag = €6 (inclusief 1 koffie)
- Deelname sportnamiddag met maaltijd = €17 (inclusief 1 koffie, 1 streekbier, warme beenham met frietjes en groentjes, muzikale animatie met dans)
- Voor het avondmaal worden max. 800 personen toegelaten (covid safe ticket vanaf code oranje)
- Iedere deelnemer is verzekerd

RICHTLIJNEN EN VEILIGHEID

- Draag sportieve kledij en schoenen
- Maak uw sportkeuze op basis van uw sportieve en fysieke mogelijkheden
- Luister aandachtig naar de richtlijnen van de begeleiders
- Helm en fluorescerende hesjes aangeraden bij de fietstochten
- Vergeet je mondmasker niet

INFO

Sportdienst Izegem
H. Hartstraat 15 te Izegem
051 30 33 22
sportdienst@izegem.be
www.izegem.be/sport



DE LEEST
LOKAAL DIENSTENCENTRUM

sport
midwest

SPORT.
VLAANDEREN

STAD
Izegem

DONDERDAG 19 MEI 2022 WEST-VLAAMSE SENIOREN SPORTDAG SPORTCENTRUM DE KREKEL IZEGEM



#SPORTERSBELEVENMEER
#IZEGEMINBEWEGING

PROGRAMMA

- 13u00** ontvangst met koffie in sportcentrum de Krekel (H. Hartstraat 15, Izegem)
- 13u45** officiële opening
- 14u00** start sportactiviteiten
- 17u30** einde sportactiviteiten
- 18u00** warme beenham met frietjes, verse groentjes en streekbier
- 19u00** muzikale animatie met dans
- 21u30** einde

1. WANDELEN (KEUZE UIT 4 TOCHTEN)

- Baronnenwandeling (4 km): wandeling met gids door Izegem- duur: 2u, max. 60 deelnemers
- Geocaching (4 km): zoektocht met GPS, max. 24 deelnemers (inschrijven in groepjes van min. 3 en max. 4)
- Fotozoektocht (6km)
- Kastelenwandeling (10km): onder begeleiding of op eigen tempo te wandelen

Tijdens de baronnenwandeling, de Kastelenwandeling en de fotozoektocht voorzien we onderweg een stopplaats (indien de maatregelen dit toelaten op dat moment). De geocaching gaat door op het domein zelf.

2. FIETSEN (KEUZE UIT 3 TOCHTEN)

- 25 km – op eigen tempo met fietsknooppunten
- 35 km – max. 150 deelnemers
- 45 km – max. 150 deelnemers

De fietstochten van 35 km en 45 km zijn begeleide fietstochten met een stopplaats (indien de maatregelen dit toelaten op dat moment). Ook voor de fietstocht van 25 km wordt een stopplaats voorzien.

3. PETANQUE (TRIPLETEN HEREN EN GEMENGD)

De petanque gaat door op het domein zelf. Bij de aanvang ontvangt u een speelnummer. Namen van de tripletten en individuele deelnemers worden verplicht meegedeeld bij inschrijving. Max. 150 spelers.

4. BOOGSCHIETEN & KARABIJNSCHIETEN

Beide sporten komen afwisselend aan bod, max. 50 deelnemers.

5. SESSIES DANS - FITBALL - GYM

- Lijndans (14u00-17u00): er worden verschillende lijndansen ter plaatse aangeleerd. Max. 50 deelnemers.
- Fitball (14u00-15u00): train alle spieren van je lichaam met deze enthousiaste en heel toegankelijke workout. Max. 30 deelnemers.
- Gym (15u00-16u00): workout met focus op spierversterkende oefeningen, instapdrempel laag. Max. 30 deelnemers.

Gelieve één hoofdkeuze op te geven. Na de gekozen sessie kunt u deelnemen aan een andere sessie of aan de sportcarrousel.

6. SPORT- EN BEWEEGCARROUSEL

Vrije rondgang en mogelijkheid om te proeven van verschillende sporten. Keuze uit: boccia, new-age curling, katapultschieten, kubb, volksspelen, uittesten e-bike, gezelschapsspelen, zwemmen (mogelijkheid tot aansluiten op het uurtje seniorenzwemmen van 16u30-17u30). Aansluiten bij een sessie dans/gym of fitball ook mogelijk indien voldoende plaats.

INSCHRIJVINGSFORMULIER

Terug te bezorgen bij uw gemeentelijke sportdienst ten laatste op 5 mei 2022.

Naam:

Schrijft: personen in.

Adres:

Tel./GSM:

Email:

Gelieve aan te duiden hoeveel personen aan welke activiteit deelnemen (slechts 1 keuze per deelnemer!)

WANDELEN

aantal personen

- Baronnenwandeling (4 km)
- Geocaching (4 km)
- Fotozoektocht (6 km)
- Kastelenwandeling (10 km)

FIETSEN

- 25 km
- 35 km – max. 150 deelnemers
- 45 km – max. 150 deelnemers

PETANQUE

Naam triplet:

Naam 1:

Naam 2:

Naam 3:

BOOGSCHIETEN & KARABIJNSCHIETEN (max. 50)

--

DANS / FITBALL / GYM

- Lijndans
- Fitball
- Gym

SPORT- EN BEWEEGCARROUSEL

--

Totaal aantal sporters: x € 6 =€

Totaal aantal personen maaltijd: x € 11 =€

totaal =€