

Aerobic

voor kinderen en tieners

Beste kinderen

Het gemeentebestuur, "het huis van het kind" en de gezondheidsraad organiseren:



"Aerobic voor kinderen en tieners".

Tv-kijken, games, computer,... het zijn leuke bezigheden en ze horen bij opgroeien. Ze hebben zeker hun voordelen. Het zijn helaas zaken die vaak "al zittend" gebeuren. Tijdens schooldagen zitten jullie veel. Dus **TIJD VOOR ACTIE!** Bewegen is fun, het zorgt voor ontspanning en voor een goede ontwikkeling van je motoriek.

Op een speelse manier doen we allerlei bewegingsoefeningen op muziek. We springen, jumpen, stretchen... .

Voor wie? Voor iedereen (jongens en meisjes) vanaf **8 jaar tot en met 14 jaar**. Zowel voor sportievelingen als niet sportievelingen.

Wanneer? we starten met vier lessen vanaf **maandag 6 maart 2017** (na de krokusvakantie):

6/3, 13/3, 20/3, 27/3 telkens van **18u30 tot 19u30** in de Bammerd (ingang via de achterkant van het gemeentehuis).

Indien er voldoende belangstelling is organiseren we een vervolgreeks na de paasvakantie.

Prijs: 8 euro voor vier lessen (je betaalt tijdens de eerste les).

Praktisch :

- kom de eerste les tien minuten vroeger, zodat we geen tijd verliezen voor de regeling van de betaling
- doe sportieve kledij aan
- neem een flesje water mee
- kinderen die tot 18u30 in "Het Hemeltje" zijn, kunnen rechtstreeks naar de aerobics gebracht worden door de begeleiding.
- **info:** dienst sociale zaken: 011 48 01 17 of 0473 30 14 39, sonja.doomen@heers.be

Met vriendelijke groeten

Namens het college van burgemeester en schepenen en de gezondheidsraad

Ivo Carlens
secretaris

Heidi Pirlotte
schepenen van sport/gezondheid

Henri Dumont
burgemeester

Kristof Pirard
schepenen van jeugd

Danielle Brugmans
voorzitter gezondheidsraad