



Triminstuiven in Maassluis

Avondinstuif



Een uur lang afwisselende conditie-verbeterende oefeningen voor jong en oud. Daarna kunt u vrijblijvend een half uurtje deelnemen aan diverse spelen zoals badminton en volleybal.

Badmintoninstuiven



Tweemaal per week heeft u de mogelijkheid om recreatief te badmintonnen.

Jeugdinstuif



Voor kinderen van 4 tot en met 10 jaar wordt de Wethouder Smithal op woensdagmiddag omgebouwd tot een indoor speeltuin.

Sportief bewegen



Wilt u uw conditie, lenigheid en kracht op peil houden? Dit kan op uw eigen niveau bij onze instuif sportief bewegen. Gezelligheid staat hierbij voorop.

Dynamic Tennis



Dynamic Tennis is een combinatie van het reguliere tennis en tafeltennis. Het wordt gespeeld op een badmintonveld met een zachte bal en een licht racket met korte greep en groot blad. Het spel is gemakkelijk aan te leren zonder langdurige oefening vooraf, dus kom een keer meedoen!

Bovengenoemde triminstuiven zijn een gemeentelijk initiatief. Deelname is geheel vrijblijvend en schept geen verplichtingen. Deelname is voor eigen risico. Neem bij twijfel vooraf contact op met uw huisarts.

Maandag, 19:00–20:30 uur, Olympiahall.

Kosten: €2,- per keer.

Dinsdag, 08:45–10:45 uur, Olympiahall.

Kosten: €2,- per keer.

Donderdag, 20:00–21:00 uur, Wethouder

Smithal. Kosten: €2,- per keer.

Woensdag, 13:30–15:00 uur, Wethouder

Smithal. Kosten: €1,- per kind.

Let op: tijdens de schoolvakanties is er géén jeugdinstuif.

Woensdag, 9:45–10:45 uur, Wethouder

Smithal. Kosten: €2,- per keer.

Maandag, 15:00–16:45 uur, Wethouder

Smithal. Kosten: €2,- per keer.

Locaties

Wethouder Smithal, Westeinde 96

Olympiahall, Rozenlaan 2

Inlichtingen over triminstuiven in Maassluis?

Kijk op www.maassluis.nl/sportservicepunt of bel 14 010



SPORT
SERVICEPUNT
MAASSLUIS