

ONTMOET IN ALKMAAR

FITNESS

Dag/tijd: Woensdag 15.00-16.00 uur (jongeren)
Dag/tijd: Dinsdag/donderdag 13.00-14.00 uur
Dag/tijd: Maandag 16.00-17.00 uur (prikkelarm)
Locatie: Sportcomplex Oosterhout, Vondelstraat 35



CREATIEF

Dag/tijd: Dinsdag, 12.00-14.00 uur (jongeren)
Dag/tijd: Donderdag, 10-12 en 13-15 uur
Locatie: Koel 310, Marconistraat 5



PADEL

Dag/tijd: Donderdag, 14.00-15.00 uur
Locatie: TV Oudorp, Saturnusstraat 1A



VOETBAL

Dag/tijd: Vrijdag, 10.30-11.30 uur
Locatie: vv Alcmaria Victrix, Terborchlaan 329



TAFELTENNIS

Dag/tijd: Maandag, 15.30-16.30 uur
Locatie: Gymzaal Tochtwaard 20



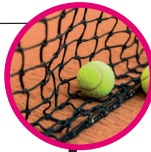
ZWEMMEN

Dag/tijd: Donderdag, 12.30-14.00 uur
Locatie: Zwembad Hoornse Vaart, H. Aalbrechtweg 4



TENNIS

Dag/tijd: Dinsdag, 12.30-13.30 uur
Dag/tijd: Dinsdag, 13.30-14.30 uur
Locatie: TPC Daalmeer, Klaas Bootpad 4-6



KICKBOKSEN

Dag/tijd: Donderdag, 11.45-12.30 uur (heren)
Dag/tijd: Donderdag, 12.45-13.30 uur (dames)
Locatie: Spiegelzaal Oosterhout, Vondelstraat 35



SPELKANTINE

Dag/tijd: Woensdag, 16.30-17.30 uur
Locatie: Sportkantine Alkmaar-Noord, Arubastraat 4



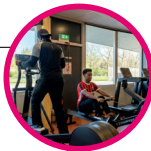
WANDEL FITNESS

Dag/tijd: Dinsdag, 13.00-14.00 uur
Locatie: Sporthal Alkmaar-Noord, Arubastraat 4



TAALSPORT: FITNESS

Dag/tijd: Dinsdag 14.00-15.00 uur
Locatie: Sportcomplex Oosterhout, Vondelstraat 35



TUINIEREN

Dag/tijd: Woensdag, 13.00-15.30 uur
Locatie: ATC De Kromme Sloot, Olympiaweg 36



EASY YOGA

Dag/tijd: Maandag, 9.45, 11.00 of 12.15 uur
Locatie: Wijkcentrum Overdie, van Maerlantstraat 8



BOULDEREN

Dag/tijd: Vrijdag, 12.00-13.30 uur
Locatie: Boulderhal Sendmast, Koelmalaan 34



ONTMOET IN DIJK EN WAARD = BERGEN = UITGEEST = CASTRICUM = HEILOO

WANDELEN DIJK EN WAARD

Dag/tijd: Vrijdag, 10.30-11.30 uur
Locatie: 't Waarderhout, Rustenburgerweg 125



DUIN MOMENT EGMOND

Dag/tijd: Dinsdag, 10.00-11.00 uur
Locatie: Nachtegalenpad 4, Egmond a/d Hoef



FITNESS DIJK EN WAARD

Dag/tijd - dames: Maandag, 11.00-12.00 uur
Dag/tijd - heren: Maandag, 12.00-13.00 uur
Locatie: Atletiekvereniging Hera, De Vork 2



SPORT & SPEL UITGEEST

Dag/tijd: Woensdag, 11.00-12.00 uur
Locatie: MHCU Uitgeest, van Niesvenstraat 16



TENNIS CASTRICUM

Dag/tijd: Woensdag, 14.30-15.30 uur
Locatie: Sportpark Berg & Dal, De Bloemen 69



WANDELEN HEILOO

Dag/tijd: Dinsdag, 12.30-13.30 uur
Locatie: AV Trias, Het Maalwater 1



WANDEL FITNESS DIJK EN WAARD

Dag/tijd: Woensdag 10.30-11.30 uur
Dag/tijd: Vrijdag, 11.00-12.00 uur (ladies only)
Locatie: Zwembad Waardergolf, Beukenlaan 1B



WWW.SPORT-Z.ORG/ZAFFIER