

21 JULI - 28 AUGUSTUS

ZOMER SCHOOL

VOOR SENIOREN

2025

De Zomerschool voor Senioren
wordt mogelijk gemaakt door:



gemeente Tiel



STICHTING OBMV



Voor meer info:

Zinder Rechtbankstraat 1, Tiel 0344 636 060 www.zinder.nl

Haal alles uit je zomer met de Zomerschool voor Senioren!

Ben jij 55 jaar of ouder? Deze zomer kun je deelnemen aan een gevarieerd aanbod van creatieve en sportieve activiteiten, verspreid over verschillende locaties in Tiel. Of je nu je creatieve kant wilt ontdekken met bloemschikken, zingen of fotografie, of liever sportief aan de slag gaat met Jeu de Boules, handboogschieten of Tennis & Padel, er is voor ieder wat wils. En dat alles voor slechts €3,50 per activiteit.

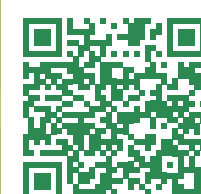
Informatie en inschrijven

Kaartjes voor een activiteit koop je online via www.zinder.nl of aan de balie van Zinder (let op: alleen PIN). Zinder is telefonisch bereikbaar via **0344-636 060**. Je kunt je voor één of meerdere activiteiten inschrijven.

Deelnemende locaties

- 1 Studio YourBalance, Burgemeester Meslaan 85
- 2 Gymzaal Rauwenhof, Suze Groenewegstraat 104
- 3 T.S.V. Theole, Groenendaallaan 10
- 4 De Teerling, Laan van Westroijen 3
- 5 Clubhuis Tiel, Peppellaan 6
- 6 Meer bij Kuehne-Nagel, De Diepert 5
- 7 Body Dynamics, Schaarsdijkweg 5 (nieuwe locatie)
- 8 Korfbalvereniging Tiel '72, Beethovenstraat 18
- 9 Bibliotheek Rivierenland, Rechtbankstraat 3
- 10 Zinder, Rechtbankstraat 1
- 11 Ridderweide Tennis & Padel, Inundatiedijk Noord 2

Ga voor meer
informatie &
reserveren naar
zinder.nl of scan
de QR-code



WEEK 1

Datum	Tijd	Workshop	Locatie
MAANDAG 21 JULI	10.00-12.00	Internationale dans	Gymzaal Rauwenhof
	10.30-11.30	Zumba Gold	Body Dynamics (Tiel-West)
	10.30-12.30	Bloemschikken	Clubhuis Tiel
	14.00-16.00	Fotografie: kijken en keuzes	Zinder
DINSDAG 22 JULI	10.00-11.00	Meditatie	Studio YourBalance
	10.30-11.30	Yoga	Body Dynamics (Tiel-West)
	10.30-12.30	Tekenen op perspex	Zinder
	14.00-16.00	Jeu de Boules	De Teerling
WOENSDAG 23 JULI	14.00-16.00	Al in actie	Bibliotheek Rivierenland
	10.30-12.30	Schilderen: bloemen	Zinder
	13.00-14.00	Klankbad	Studio YourBalance
	14.00-16.00	Zingen	Zinder
DONDERDAG 24 JULI	10.30-11.30	Ontspannen met Feldenkrais	Body Dynamics (Tiel-West)
	10.30-12.30	Origami	Clubhuis Tiel
	13.30-14.30	Stoelyoga	Zinder
	13.30-15.30	Creër je eigen fotoalbum	Bibliotheek Rivierenland
14.00-16.00	Handboogschieten	De Teerling	
VRIJDAG 25 JULI	10.00-11.00	Easy Pilates	Studio YourBalance
	10.00-12.00	Walking Football	T.S.V. Theole
	10.30-12.30	Druktechnieken	Zinder
	14.00-16.00	Fotografie: kijken en keuzes	Zinder

WEEK 2

Datum	Tijd	Workshop	Locatie
MAANDAG 28 JULI	10.00-12.00	Internationale dans	Gymzaal Rauwenhof
	10.30-11.30	Zumba Gold	Body Dynamics (Tiel-West)
	14.00-16.00	Fotografie: spelen met licht	Zinder
DINSDAG 29 JULI	10.00-11.00	Meditatie	Studio YourBalance
	10.30-11.30	Yoga	Body Dynamics (Tiel-West)
	10.30-12.30	Decoupage	Clubhuis Tiel
	14.00-16.00	Jeu de Boules	De Teerling
14.00-16.00	Urban Sketching	Zinder	
WOENSDAG 30 JULI	10.30-12.30	Schilderen: kleurrijke dieren	Zinder
	14.00-16.00	Zingen	Zinder
	10.00-11.00	Yin Yoga	Studio YourBalance
DONDERDAG 31 JULI	10.00-12.00	Visworkshop	De Diepert
	10.30-12.30	Collage maken	Zinder
	13.30-14.30	Stoelyoga	Zinder
	14.00-16.00	Handboogschieten	De Teerling
14.00-16.00	Origami en Leprello	Clubhuis Tiel	
VRIJDAG 1 AUG	10.00-11.00	Easy Pilates	Studio YourBalance
	10.00-12.00	Tennis & Padel	Ridderweide
	10.00-12.00	Walking Football	T.S.V. Theole
	11.00-12.00	Expo: interactieve rondleiding	Zinder

WEEK 3

Datum	Tijd	Workshop	Locatie
MAANDAG 4 AUG	10.00-12.00	Internationale dans	Gymzaal Rauwenhof
	10.30-11.30	Zumba Gold	Body Dynamics (Tiel-West)
	14.00-16.00	Tennis & Padel	Ridderweide
	14.00-16.00	Handletteren	Clubhuis Tiel
DINSDAG 5 AUG	10.00-11.00	Meditatie	Studio YourBalance
	14.00-16.00	Tekenen op perspex	Zinder
	14.00-16.00	Jeu de Boules	De Teerling
WOENSDAG 6 AUG	10.30-12.30	Schilderen: landschap	Zinder
	14.00-16.00	Schrijven	Zinder
DONDERDAG 7 AUG	10.00-11.00	Yin Yoga	Studio YourBalance
	10.30-11.30	Ontspannen met Feldenkrais	Body Dynamics (Tiel-West)
	13.30-14.30	Stoelyoga	Zinder
	14.00-16.00	Handboogschieten	De Teerling

Datum	Tijd	Workshop	Locatie
VRIJDAG 8 AUG	10.00-11.00	Easy Pilates	Studio YourBalance
	10.00-12.00	Walking Football	T.S.V. Theole
	10.30-12.30	Bloemschikken	Clubhuis Tiel
	14.00-16.00	Urban Sketching	Zinder

WEEK 4

Datum	Tijd	Workshop	Locatie
MAANDAG 11 AUG	10.30-11.30	Zumba Gold	Body Dynamics (Tiel-West)
	14.00-16.00	Tennis & Padel	Ridderweide
	14.00-16.00	Handletteren	Clubhuis Tiel
DINSDAG 12 AUG	10.00-11.00	Meditatie	Studio YourBalance
	10.30-11.30	Yoga	Body Dynamics (Tiel-West)
	13.30-14.30	Stoelyoga	Zinder
	14.00-16.00	Jeu de Boules	De Teerling
WOENSDAG 13 AUG	10.30-12.30	Fotograferen met je telefoon	Clubhuis Tiel
	14.00-16.00	Vilten: houder waxinelichtje	Zinder
DONDERDAG 14 AUG	10.00-11.00	Yin Yoga	Studio YourBalance
	10.00-12.00	Visworkshop	De Diepert
	10.30-12.30	Schrijven	Zinder
	14.00-16.00	Handboogschieten	De Teerling
VRIJDAG 15 AUG	10.00-11.00	Easy Pilates	Studio YourBalance
	10.00-12.00	Walking Football	T.S.V. Theole
	11.00-12.00	Kunst bij de Koffie	Zinder

WEEK 5

Datum	Tijd	Workshop	Locatie
MAANDAG 18 AUG	10.00-12.00	Internationale dans	Gymzaal Rauwenhof
	10.30-11.30	Zumba Gold	Body Dynamics (Tiel-West)
	14.00-16.00	Werken met textiel	Clubhuis Tiel
	16.00-17.00	Yin Yoga	Studio YourBalance
DINSDAG 19 AUG	10.00-11.00	Meditatie	Studio YourBalance
	10.30-11.30	Yoga	Body Dynamics (Tiel-West)
	13.30-14.30	Stoelyoga	Zinder
	14.00-15.00	Dansmix	Zinder
14.00-16.00	Jeu de Boules	De Teerling	
WOENSDAG 20 AUG	15.00-17.00	Valpreventie voorlichting	Zinder
	10.30-11.30	Ontspannen met Feldenkrais	Body Dynamics (Tiel-West)
	10.30-12.30	Collage maken	Zinder
DONDERDAG 21 AUG	14.00-16.00	Handboogschieten	De Teerling
	14.00-16.00	Theater spelen	Zinder
	10.00-11.00	Easy Pilates	Studio YourBalance
VRIJDAG 22 AUG	10.00-12.00	Walking Football	T.S.V. Theole
	14.00-16.00	Fotografie: spelen met licht	Zinder

WEEK 6

Datum	Tijd	Workshop	Locatie
MAANDAG 25 AUG	10.00-12.00	Internationale dans	Gymzaal Rauwenhof
	10.30-11.30	Zumba Gold	Body Dynamics (Tiel-West)
	14.00-16.00	Beeldend: Blackout poetry	Zinder
	16.00-17.00	Yin Yoga	Studio YourBalance
DINSDAG 26 AUG	10.00-11.00	Meditatie	Studio YourBalance
	10.00-12.00	Korfbal met plezier!	Tiel '72
	10.30-11.30	Yoga	Body Dynamics (Tiel-West)
	10.30-12.30	Decoupage	Clubhuis Tiel
	13.30-14.30	Stoelyoga	Zinder
	14.00-15.00	Dansmix	Zinder
14.00-16.00	Jeu de Boules	De Teerling	
	11.00-12.00	Expo: interactieve rondleiding	Zinder
	13.00-14.00	Klankbad	Studio YourBalance
	14.00-16.00	Vilten: bloem	Zinder
DONDERDAG 28 AUG	10.30-12.30	Dansimprovisatie	Zinder
	15.00-17.00	Slotevent met live muziek	Zinder