

# Recreatief Sportief



## KONINKLIJKE TURNKRING NEPTUNUS BREDENE vzw

 **Patrick Hollevoet**  
BVBA CBFA 41648 ON 0462.752.455  
Fritz Vinckelaan 169 A, 8450 Bredene 059 33 00 55

 **Werkhuizen Decloedt bvba**  
Brugsesteenweg 93, B-8450 Bredene  
T 059 32 25 34 F 059 32 01 72  
www.werkhuizen-decloedt.be

  Team-Promowear - Textielbedrukking  
Nukkerstraat 27-29 Bredene  
info@jes-sports.be www.jes-sports.be  
Gsm: 0477 / 477 817 Tel: 059 / 33 47 25

 **APOTHEKER  
KJELL GOMBERT**

 Wij doen alles voor uw auto  
**NAELON**  
Garage - Autohandel - Carrosserie  
Onafhankelijk specialist MERCEDES - AUDI - VW - BMW - IVECO  
Service - Diagnose - Herstelling ALLE merken  
Brugsesteenweg 57d | Bredene | T 059/447723 | M info@naelon.be | S www.naelon.be

 **TUINARCHITECTUUR**  
**SEYNQVEVE GINO**  
JOOS DE TER BEERSLAAN 10  
8450 BREDENE  
059 33 00 14 0475 31 55 84

 Zandvoordestraat 59  
8400 Oostende  
059 43 44 89  
lingerie.manja@telenet.be  
www.lingeriemanja.be | f

 **Quality Tyre Service**  
Brugsesteenweg 81, 8450 Bredene  
059 | 25 51 20 0477 | 55 06 06  
serge@qts-bredene.be  
www.qts-bredene.be  
f @qtsbredene

 **Apotheek Duinen**  
Duinenstraat 373  
8450 Bredene  
info@apotheeduinen.be

 **OPTIEK  
TER DUINEN**  
Duinenstraat 356

 **sporta**  
federatie vzw

 **GEESTIG GEZOND  
SPORTEN**

 **SPORTLIGHT**

Een gouden  
**Sport-i-label**  
aan Turnkring Neptunus Bredene  
ingekend door de Vlaamse Staat aan drie vijfsterren kwaliteitsniveau.

## PROGRAMMA 2020-2021

### MAANDAG ▶ Cruysduyne

19:30 - 20:30 Pilates

20:30 - 21:30 Bootcamp

### MAANDAG ▶ OLV College, Vuurtorenwijk

20:30 - 21:30 Yoga **Nieuw!**

### DINSDAG ▶ Sportcentrum polyvalente zaal

17:30 - 19:00 Circustechnieken & luchtacrobatie **Nieuw!**

### DINSDAG ▶ Cruysduyne

18:30 - 19:30 Dames fit!

19:30 - 20:30 Figuurtraining

20:30 - 21:30 Step

### WOENSDAG ▶ Sportcentrum dojo

14:00 - 15:00 Kleuterdans (3-4j)

15:00 - 16:00 Kinderdans (5-6j)

16:00 - 17:00 Kidsdance (7-8j)

### WOENSDAG ▶ Sportcentrum polyvalente zaal

15:00 - 16:00 MultiMove (kleuterturnen 3-4j)

16:00 - 17:00 MultiSkillZ (kleuterturnen 5-6j)

17:00 - 18:00 MultiSkillZ for Sport (Multisport 6-9j)

18:00 - 19:00 MultiSkillZ for Gym (MultiGym 7-12j)

19:15 - 20:30 Tumbling Xtra (na selectie)

20:30 - 21:30 Pound Rock Workout **Nieuw!**

### WOENSDAG ▶ Sportcentrum

18:15 - 19:15 Yogalates - **bokszaal**

19:00 - 19:45 Kinderyoga - **danszaal**

20:15 - 21:15 Zumba - **danszaal**

### DONDERDAG ▶ Sportcentrum polyvalente zaal

18:30 - 19:30 Bootcamp Family

19:30 - 20:30 BBB

20:30 - 21:30 Poweryoga

### VRIJDAG ▶ Sportcentrum bokszaal

17:30 - 18:30 Dancepleasure (vanaf 10j)

### ZATERDAG ▶ Sportcentrum polyvalente zaal

09:00 - 10:00 Knuffelturnen (vanaf 2j)

10:00 - 11:00 MultiMove (3-4j)

11:00 - 12:00 MultiSkillZ (kleuterturnen vanaf 5j)

12:00 - 13:00 Ropeskipping

### ZATERDAG ▶ Sportcentrum grote zaal

09:00 - 10:00 wobbelturnen - INSCHRIJVEN (beperkt materiaal)

09:00 - 10:00 Freerunning (7-9j)

09:30 - 11:00 Trampoline (mini, dubbele mini, maxi) (gymschoenen verplicht)

10:00 - 11:00 Tumbling beginners en selectie

10:00 - 11:00 Freerunning (+10j), niveau 1

11:00 - 12:00 Freerunning (+10j), niveau 2 **Nieuw!**

11:00 - 12:30 Tumbling/trampoline (na selectie) - aankoop turnpak

▶ **Cruysduyne** - H. Consciencelaan 1, Bredene

▶ **Sportcentrum** - Spuikomlaan 21, Bredene-Sas

▶ **OLV-College** - Stanleylaan 55, Oostende (links naast de kerk)

**Inlichtingen:** Anne Van de Velde 0497/16 38 37