



SPORT OVERDAG MET EEN SPORT-OVERDAG-ABONNEMENT!



Voor slechts 35 euro neem je een abonnement sportoverdag op je UiTPAS (of voor 7 euro indien je een UiTPAS met kansentarifief hebt).

Daarmee neem je het hele jaar door onbeperkt deel aan alle activiteiten in deze folder. Handig en voordelig! Hoe meer je sport, hoe voordeliger. Vanaf 1 september betaal je slechts 20 euro.

Nog geen UiTPAS? Koop hem voor 5 euro in sporthal De Komeet (Eeuwfeestlaan 183) en je krijgt als welkomstcadeau 5 euro korting op je sport-overdag-abonnement 2018.

Al veel punten gespaard met je UiTPAS? Ruil ze bij ons om voor een korting op je nieuwe abonnement (kijk voor al je voordelen op www.uitpaslier.be). De kortingen zijn niet cumuleerbaar.

① **UIT IN LIER**

Team verhuur infrastructuur en sport
Eeuwfeestlaan 183, 2500 Lier
tel. 03 480 52 51 | sport@lier.be | www.uitinlier.be/sport

Ook verschillende sportverenigingen hebben een aanbod overdag. Hun adressen en gegevens kan je opzoeken op www.uitinlier.be/sport.

De verschillende dienstencentra bieden eveneens een pakket sport overdag aan. Hun programma vind je op www.sociaalhuislier.be en klik door naar de dienstencentra.



V.U.: Ivo Andries, p/a Paradeplein 2 bus 1, Lier

SPORT OVERDAG 2019



STOELTURNEN ♦

Elke maandag biedt dienstencentrum De Komeet stoelturnen aan. Alle oefeningen zijn aan te passen aan je conditie en lenigheid. Hierdoor is sport op ieders niveau mogelijk.

- 🕒 Elke maandag van 10 tot 11 uur, uitgezonderd schoolvakanties, 1 april en 27 mei
- 📍 Turnzaal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183, Lier
- 🆓 Gratis met sport-overdag-abonnement of 1.20 euro per sessie, op voorhand inschrijven is niet nodig

PETANQUE ♦♦

PC Lier biedt iedereen de kans om kennis te maken met de petanquesport. Er kan vrij gespeeld worden, maar ook beginners worden wegwijs gemaakt in de sport.

- 🕒 Elke donderdag van 14 tot 17 uur, uitgezonderd schoolvakanties en feestdagen
- 📍 PC Lier, Kazernedreef 99, Lier
- 🆓 Gratis met sport-overdag-abonnement of 2 euro per sessie, op voorhand inschrijven is niet nodig

ONDERHOUDSGYM ♦♦♦

Iedereen die graag fit en in beweging wil blijven kan deelnemen aan de lessen onderhoudsgym. Samen doe je oefeningen om evenwicht, kracht en lenigheid op peil te houden en dit op een gezellig muziekje. Ieder oefent op eigen tempo en naar eigen mogelijkheden.

- 🕒 Elke woensdag van 10 tot 11 uur, uitgezonderd schoolvakanties en 3 april
- 📍 Turnzaal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183, Lier
- 🆓 Gratis met sport-overdag-abonnement of 2 euro per les, op voorhand inschrijven is niet nodig

BADMINTON ♦♦♦

Elke donderdag kan je een uurtje vrij komen spelen in de sporthal. Je vindt er vast en zeker een mede- of tegenspeler voor een partijtje badminton.

- 🕒 Elke donderdag van 16 tot 17 uur, uitgezonderd schoolvakanties en feestdagen en 4 april
- 📍 Sporthal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183, 2500 Lier
- 🆓 Gratis met sport-overdag-abonnement of 2 euro per sessie, op voorhand inschrijven is niet nodig

ZWEMMEN ♦♦

Elke vrijdag kan je een uurtje tegen een voordelig tarief gaan zwemmen en ontspannen in de Waterperels.

- 🕒 Elke vrijdag van 8u45 tot 9u45, uitgezonderd sluitingsdagen
- 📍 Zwembad De Waterperels, Kazernedreef 1, 2500 Lier
- 🆓 3 euro met sport-overdag-abonnement, op voorhand inschrijven is niet nodig

WANDELEN ♦♦♦

Onze ervaren begeleider stippelt elke week een andere wandeling uit. Zo ontdek je de mooiste plekjes van Lier en omgeving. We vertrekken telkens op een andere plaats en leggen 5 à 8 kilometer af aan een tempo van +- 4 km/uur. Bij de meeste wandelingen is er een tragere groep die een kleinere wandeling maakt.

- 🕒 Op vrijdag vanaf 13.30 uur
- 📍 op volgende startplaatsen:

11/1/2019	Lier, Sporthal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183	
18/1/2019	Berlaar Heikant, sportcentrum Heikant, Heistsebaan 83	🚌
25/1/2019	Bouwel, Bouwelhoeve, Stationlei 42, Bouwel	🚌
1/2/2019	Lier, Moevement, Aarschotsesteenweg 1	
8/2/2019	Pulderbos, revalidatiecentrum, Reebergenlaan 4, Zandhoven	🚌
15/2/2019	Oelegem, Vrieselhof, Schildesteenweg 95	🚌
22/2/2019	Lint, De Witte Merel, Liersesteenweg 25	🚌
1/3/2019	Koningshooikt, 't Lammeke, Liersebaan 156	🚲
15/3/2019	Itegem, Averechten, Parking Kruidentuin	🚌
22/3/2019	Duffel/Kontich, achter Taverne De Klokke, hoek Rechtstraat Klokkestraat	🚌
29/3/2019	Gestel, Herberg De Boekt, Kesselsesteenweg 14	🚲
05/4/2019	Lier, Oud Lier, Nazarethdreef 103	

6/9/2019	Lier, Sporthal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183	
13/9/2019	Kessel, sporthal De Putting, Grote Puttingbaan 8a, Kessel	🚲
20/9/2019	Kessel, sporthal De Putting, Grote Puttingbaan 8a, Kessel	🚲
27/9/2019	Zoersel, café In de wandeling, Peggerstraat 58, Zoersel	🚌
4/10/2019	Rumst, St Pieter Kerk, Kerkstraat, Rumst	🚌
11/10/2019	Lier, Moevement, Aarschotsesteenweg 1	
18/10/2019	Koningshooikt, Het Lammeke, Liersebaan 156, 2500 Lier	🚲
25/10/2019	Duffel, fort, Mechelbaan, Duffel	🚌
8/11/2019	Lier, Sporthal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183	
15/11/2019	Herenthout, café 't Schipke,	🚌
22/11/2019	Viersel, Kerk, Parochiestraat	🚌
29/11/2019	Lier, Station	
6/12/2019	Grobbendonk, Den Troon, Den troon 4	🚌
13/12/2019	Lier, Moevement, Aarschotsesteenweg 1	
20/12/2019	Lier, Sporthal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183	

🚌 Heb je geen vervoer naar de startplaats?

Contacteer dan tijdens de week voor de wandeling sporthal De Komeet (03 480 52 51). We hebben enkele plaatsjes te verdelen. Vervoer wordt voorzien vanaf sporthal De Komeet (Eeuwfeestlaan 183), samenkomst om 13 uur.

🚲 Voor wandelingen voorzien met een **fietssymbol**, is er de mogelijkheid om gezamenlijk met de fiets naar het startpunt te rijden. We spreken af om 13 uur aan sporthal De Komeet. Een busje is dan niet voorzien.

🆓 Gratis met sport-overdag-abonnement of 2 euro per wandeling, op voorhand inschrijven is niet nodig