

## MAANDAG

- 10.00 - Zumba fitness, gr.1
- 10.00 - Jeu de Boules
- 11.00 - Vitaal Ouder Worden
- 12.00 - Valpreventie
- 13.45 - Gymnastiek - aerobics
- 14.45 - Anders Bewegen
- 16.00 - Kookgroep Bon Appetit
- 18.30 - Biljarten (competitie)
- 20.00 - HoeVocaal

## WOENSDAG

- 9.00 - Fietsclub  
(mei-september)
- 9.30 - Dance, Dance, Dance
- 13.30 - Bridge, groep 1
- 14.00 - Kaarten maken
- 19.30 - Filmcafé  
(maandlijks)

## DINSDAG

- 9.30 - Soos / Vrij biljarten
- 10.00 - Schilderen, groep 1
- 13.30 - Zumba fitness, groep 2
- 13.30 - Schilderen, groep 2
- 19.30 - Klaverjassen

## DONDERDAG

- 9.00 - Spreekuur Sigma  
Vrij biljarten
- 10.00 - Ontmoetingsochtend  
Jeu de Boules  
Internetcafé
- 12.00 - Verrassingsbuffet  
1ste donderdag van de maand
- 14.00 - Bingo (1x per maand)
- 14.30 - Koersbal (om de week)
- 19.30 - Bridge, groep 2

## VRIJDAG

- 9.30 - Studiekring 55+  
Hoevelaken  
(1x per maand)
- 13.30 - Country-line dans

- 13.30 - Klaverjassen op zondag  
2de zondag van de maand
- 14.00 - Rummicub op zondag  
4de zondag van de maand
- 15.00 - Koken op zondag  
1ste zondag van de maand

## ZONDAG

**SIGMA**

Nijkerk ♦ Nijkerkerveen ♦ Hoevelaken

WEEKPLANNER "DE KOPPERHOF"

SEIZOEN 2019-2020