



Motivatie

- **Consultatie psychologe**

- * 23 januari 2012 19u-21u
- * 5 maart 2012 19u-21u
- * 7 mei 2012 19u-21u

Plaats: Gemeenschapslokaal Tongerlo

Prijs: Gratis in plaats van € 15

- **Cursus "Kilootje minder"**

- * 19 april 2012
- * 26 april 2012
- * 3 mei 2012
- * 10 mei 2012
- * 24 mei 2012

Prijs deelnemers Westerlo weegt: € 50

Prijs buiten Westerlo weegt: € 100

Plaats: Gemeenschapslokaal Tongerlo

Inschrijving:

Kristel Maes

tel. 014 40 34 92

kristel.maes@cm.be

Voeding

- **Winkelsessies**

- * 18 januari 2012 om 15u

Plaats: Delhaize Westerlo

- * 23 januari 2012 om 18u

Plaats: Okay Tongerlo

- * 25 januari 2012 om 17u

Plaats: Spar Heultje

Prijs: € 4 in plaats van € 7

- **Kooksessies**

- * 8 februari 2012 om 19u-21u

- * 9 maart 2012 om 19u-21u

- * 4 april 2012 om 14u-16u

- * 14 mei 2012 om 10u-12u

- * 9 juni 2012 om 10 u-12u

Prijs: € 6 in plaats van € 13

Plaats: Merodezaal

- **Consultatie diëtiste**

- * 19 maart 2012 om 19u30-20u30u

- * 20 maart 2012 om 13u45-14u45

- * 22 maart 2012 om 9u-10u

Prijs: Gratis in plaats van € 7,5

Plaats: Gemeentehuis Westerlo

Beweging

- **10 000 stappen**

Prijs: € 15 waarborg

Inschrijving:

Tania Steurs,

tania.steurs@westerlo.be

014 53 92 07

- **FITbus**

- * 17 maart 2012

- * 9 juni 2012

Prijs: € 10 voor het complete pakket

Plaats: Parking Merodezaal

- **Sporta**

- * Zumba

Dinsdag 20u30-21u30

Zaterdag 10u30-11u30

- * Spinning

Maandag 19u45-20u45 of 21u-22u

Donderdag 19u45-20u45 of 21u-22u

- * Start running

Woensdag 20u

Prijzen en startmomenten: www.sporta.be

- **Gym Westerlo VZW**

- * Conditiegym 16+

Maandag 20u30-22u

Plaats: SiLa Bovenschool, Denis Voetsstraat 21

Prijs: € 1,5 in plaats van € 2

- * Start to jump

Vrijdag 20u-21u

Plaats: Sporta terrein 1

Prijs: € 1,5 in plaats van € 2

- * Zumba

Maandag 19u-20u of 20u-21u

Plaats: Sporta sportschuur

Prijs: € 2,5 in plaats van € 3

Inschrijven

Staat er bij een activiteit niet specifiek vermeld waar je moet inschrijven? Stuur dan een mailtje naar

westerloweegt@westerlo.be met als onderwerp 'inschrijving (naam evenement)'.

Let op: de plaatsen zijn beperkt, dus wees er snel bij!

Voor de winkelsessies: 15 personen per sessie

Voor de kooksessies: 15 personen per sessie

Voor de consultatie bij de diëtiste: 6 personen per sessie

Voor de consultatie bij de psychologe: 6 personen per sessie

Voor de cursus 'Kilootje minder': 20 personen

Voor de 10 000 stappen: 89 personen (vanaf 18 januari)

If you can dream it,

You can do it!

if you can dream it,
you can do it!



E-mail: westerloweegt@westerlo.be

“Westerlo weegt”



Activiteiten