

## Huis van de Wijk De Pomhorst

### Activiteitenprogramma

#### Volwassenen | Ouderen

##### Maandag

09.00 – 12.00 uur	Biljarten (55-plus)
09.30 – 11.30 uur	Volksdansen
10.00 – 11.00 uur	Mindfulness Light
13.00 – 17.00 uur	Biljarten (55-plus)
13.30 – 16.00 uur	Hobby Groep (55-plus)
19.00 – 21.00 uur	Schilderen
20.00 – 22.00 uur	Russisch zingen

##### Dinsdag

09.00 – 12.00 uur	Biljarten (55-plus)
09.30 – 11.30 uur	Schilderen
10.00 – 11.00 uur	Liever bewegen dan moe
13.00 – 17.00 uur	Biljarten (55-plus)
13.30 – 15.30 uur	Creacub ( 55-plus)
14.00 – 16.00 uur	Schilderen
20.00 – 21.00 uur	Buikdansen vrouwen

##### Woensdag

09.00 – 10.00 uur	Volksdansen
09.00 – 12.00 uur	Biljarten (55-plus)
13.00 – 17.00 uur	Biljarten (55-plus)
13.30 – 14.30 uur	Blijf in Beweging
20.00 – 22.00 uur	Lindy Hop

##### Donderdag

09.00 – 09.45 uur	Bootcamp
09.00 – 12.00 uur	Biljarten (55-plus)
09.30 – 11.30 uur	Schilderen
10.00 – 11.00 uur	Bootcamp
13.00 – 17.00 uur	Biljarten (55-plus)
14.00 – 16.00 uur	Schilderen
20.00 – 21.00 uur	Salsa
20.00 – 22.00 uur	Kaartclub

##### Vrijdag

09.00 – 12.00 uur	Biljarten (55-plus)
09.30 – 11.30 uur	Volksdansen ( volwassenen)
11.30 – 12.30 uur	Volksdansen ( Volwassenen)
13.00 – 17.00 uur	Biljarten (55-plus)

##### Zondag

12.30 – 15.30 uur	<b>19 juni, 10 juli &amp; 24 juli</b> Ontmoetingsmoment ( 55 plus)
-------------------	---

## Overig

09.00 – 10.00 uur Buurt Maatschappelijk Werk (elke ochtend spreekuur)  
09.00 – 12.00 uur Open inloop voor koffie/ thee & ontmoeten

- ✓ Kerstdiner
- ✓ 6 x per jaar op zondag internationaal eethuis

## Grote zaal Pieterpauw

### Woensdag

09.00- 10.00 uur Body Fit op de stoel

### Vrijdag

09.00 – 10.00 uur Body Fit

## Speeltuin Tuindorp

### Maandag

09.30 – 11.30 uur Koersbal

### Donderdag

13.30- 17.00 uur Kaartclub ( jokeren en klaverjassen)

## Kinderen

### Maandag

15.00 – 16.15 uur Kookclub voor kinderen  
16.15- 17.00 uur Bootcamp voor kinderen

### Donderdag

15.00 – 16.30 uur Sportbieb

### Vrijdag

14.30 – 16.00 uur Speel-o-theek

### Zaterdag

10.30 – 12.00 uur Speel-o-theek

## Overig

- ✓ Tijdens alle schoolvakanties zijn er vakantieactiviteiten voor kinderen
- ✓ 1 x per jaar Ouder – kindervakantiekamp
- ✓ 1 x per jaar Buitenspeeldag
- ✓ Pasen eieren zoeken

## Contactgegevens

Huis van de Wijk De Pomhorst  
Pomona 562  
6708 CV Wageningen

E [depomhorst@solidez.nl](mailto:depomhorst@solidez.nl)  
T 0317 416014  
F @WijkMidden  
W [www.solidez.nl](http://www.solidez.nl)