TAFELTENNIS LOPPERSUM

OLDSTARS

ELKE DINSDAG VAN 10.00 - 11.30 UUR

DINSDAG
10 NOVEMBER

Clinic met

ARNOLD VANDERLYDE

VAN 10.00 - 10.45 UUR
INLOOP VANAF 09.45 UUR



ACTIEF
GEZELLIG
VOOR IEDEREEN

Lijkt het je leuk om mee te doen met de clinic?

Waar:
Sporthal 'De Boshal'
Bosweg 27D, 9919 TG Loppersum

Aanmelden & info:
Kijk op www.ttvtalo.nl of stuur een mail naar oldstars@ttvtalo.nl

Old Stars een initiatief van het Nationaal Ouderenfonds

Samen in beweging!

T.T.V. TALO
Sinds 1936

Heb je jarenlang getafeltennist, speelde je het soms op de camping of ben je gewoon benieuwd hoe leuk tafeltennis is? Dan hebben we goed nieuws! OldStars tafeltennis wordt georganiseerd bij Tafeltennis Loppersum (T.T.V. TALO). In principe kan iedereen meespelen bij de OldStars, maar is voornamelijk bedoeld voor de leeftijdsgroep 55+.

1. Fit en scherp blijven

Bij OldStars tafeltennis bestaat de training uit een warming-up en verschillende beweegvormen. Tafeltennis is een onderdeel van de training. Zo werk je via tafeltennis aan een betere balans en conditie!

2. Sociaal actief

Naast bewegen staan bij OldStars tafeltennis ook het ontmoeten en de contacten centraal. Ontmoet nieuwe mensen onder het genot van een kopje koffie!

3. Met professionele begeleiding

De trainingen zijn onder professionele begeleiding van een trainer. Deze werkt met het Athletic Skills Model (ASM). Dit verbetert de vaardigheid van bewegen op een veelzijdige en laagdrempelige wijze. Het ASM bevat vaardigheden afkomstig uit allerlei verschillende sporten, spelvormen en activiteiten.

4. Wat kan je verwachten bij OldStars tafeltennis?

- ✓ Warming-up en beweegvormen
- ✓ Aan de slag met tafeltennis
- ✓ Halverwege pauzeren met koffie of thee
- ✓ Gezelligheid en plezier



coöperatie menzis
nationaal ouderen fonds
provincie groningen
Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport
Old Stars een initiatief van het Nationaal Ouderenfonds
NTTB
T.T.V. TALO Sinds 1936
Huis voor de Sport Groningen
Zorgcoöperatie Loppersum