

ACTIVITEITENKALENDER APRIL - MEI 2024

MAANDAG 29 APRIL

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 09.30 - 11.30 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Fitness, Hofspoor, Houten

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro 

Gym Fitness, Newstyle Healthcenters, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, Profit, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Fitness in Galecop, Nieuwegein 

Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Wandelgroep Rijnsche Maan, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.00 uur

DINSDAG 30 APRIL

Padel, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen/ zelfverdediging, Houten 

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Tafeltennis, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Badminton, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Dynamic tennis, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Tennis, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

WOENSDAG 1 MEI

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 


Tijd: 9.30 - 11.30 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Craftcirkel, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 11.30 uur

Gym Fitness, Newstyle, Nieuwegein


Tijd: 10.00 - 17.00 uur 

Wandelen Terwijde, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Halter vrije inloop, Utrecht 

Tijd: 12.15 - 13.45 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 12.30 - 13.30 uur

Zwemmen, Utrecht 

Tijd: 13.45 - 14.25 uur

Kosten: 10 euro / 5 keer

Sportmix Terwijde, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht 

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

DONDERDAG 2 MEI

Fitness, Hofspoor, Houten 

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro

Zwemmen, Houten 

Tijd: 11.00 - 11.30 uur

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 13.00 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Loopgroep, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen, Utrecht 

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

VRIJDAG 3 MEI

Drukplaats Lister, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 13.00 - 15.00 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Wandelen Noorderpark, Utrecht 

Tijd: 14.00 - 15.15 uur

LEGENDA

-  Buiten sporten
-  Creatief
-  Leefstijl
-  Muziek
-  Overige
-  Sportactiviteit

Deelname aan de activiteiten is **GRATIS**, tenzij anders vermeld!

Aanmelden is verplicht. Kijk voor meer informatie en aanmelden op de website.



www.lister.nl/activiteiten

ACTIVITEITENKALENDER MEI 2024

MAANDAG 6 MEI


Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 09.30 - 11.30 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Fitness, Hofspoor, Houten

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro 

Gym Fitness, Newstyle Healthcenters, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, Profit, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Fitness in Galecop, Nieuwegein 

Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Wandelgroep Rijnsche Maan, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.00 uur

DINSDAG 7 MEI

Padel, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen/ zelfverdediging, Houten 

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Tafeltennis, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Badminton, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Dynamic tennis, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Tennis, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

WOENSDAG 8 MEI

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 


Tijd: 9.30 - 11.30 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Craftcirkel, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 11.30 uur

Gym Fitness, Newstyle, Nieuwegein

Tijd: 10.00 - 17.00 uur 

Wandelen Terwijde, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Halter vrije inloop, Utrecht 

Tijd: 12.15 - 13.45 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 12.30 - 13.30 uur

Zwemmen, Utrecht 

Tijd: 13.45 - 14.25 uur

Kosten: 10 euro / 5 keer

Sportmix Terwijde, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht 

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

DONDERDAG 9 MEI

Hemelvaartsdag, geen lessen

VRIJDAG 10 MEI

Drukplaats Lister, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 


Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 13.00 - 15.00 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Wandelen Noorderpark, Utrecht

Tijd: 14.00 - 15.15 uur 

LEGENDA

-  Buiten sporten
-  Creatief
-  Leefstijl
-  Muziek
-  Overige
-  Sportactiviteit

Deelname aan de activiteiten is **GRATIS**, tenzij anders vermeld!

Aanmelden is verplicht. Kijk voor meer informatie en aanmelden op de website.



www.lister.nl/activiteiten

ACTIVITEITENKALENDER MEI 2024

MAANDAG 13 MEI


Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 09.30 - 11.30 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Fitness, Hofspoor, Houten

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro 

Gym Fitness, Newstyle Healthcenters, Nieuwegein 



Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, Profit, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Fitness in Galecop, Nieuwegein 

Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Muziekimprovisaties: Tune In, (start cursus), Utrecht  

Tijd: 13.00 - 15.30 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Wandelgroep Rijnsche Maan, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.00 uur

DINSDAG 14 MEI

Padel, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen/ zelfverdediging, Houten 

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Tafeltennis, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Badminton, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Dynamic tennis, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Tennis, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

WOENSDAG 15 MEI

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 


Tijd: 9.30 - 11.30 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Craftcirkel, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 11.30 uur

Gym Fitness, Newstyle, Nieuwegein

Tijd: 10.00 - 17.00 uur 

Wandelen Terwijde, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Halter vrije inloop, Utrecht 

Tijd: 12.15 - 13.45 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 12.30 - 13.30 uur

Zwemmen, Utrecht 

Tijd: 13.45 - 14.25 uur

Kosten: 10 euro / 5 keer

Sportmix Terwijde, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht 

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

DONDERDAG 16 MEI

Fitness, Hofspoor, Houten 

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro

Zwemmen, Houten 

Tijd: 11.00 - 11.30 uur

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 13.00 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Loopgroep, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen, Utrecht 

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

VRIJDAG 17 MEI

Drukplaats Lister, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 


Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 13.00 - 15.00 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Wandelen Noorderpark, Utrecht

Tijd: 14.00 - 15.15 uur 

LEGENDA

-  Buiten sporten
-  Creatief
-  Leefstijl
-  Muziek
-  Overige
-  Sportactiviteit

Deelname aan de activiteiten is **GRATIS**, tenzij anders vermeld!

Aanmelden is verplicht. Kijk voor meer informatie en aanmelden op de website.



www.lister.nl/activiteiten

ACTIVITEITENKALENDER MEI 2024


MAANDAG 20 MEI


Minder lessen zijn i.v.m.
2^{de} Pinksterdag

Muziekimprovisaties: Tune In,
(cursus), Utrecht 
Tijd: 13.00 - 15.30 uur

DINSDAG 21 MEI

Padel, Utrecht 
Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen/ zelfverdediging,
Houten 
Tijd: 10.30 - 11.00 uur
Kosten: In overleg

Tafeltennis, Utrecht 
Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Badminton, Utrecht 
Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Dynamic tennis, Utrecht 
Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen,
Utrecht 
Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Tennis, Utrecht 
Tijd: 15.00 - 16.00 uur

WOENSDAG 22 MEI

Steve's Herstelgerichte fitness,
Utrecht 
Tijd: 9.30 - 11.30 uur
Kosten: Abonnement sportschool


Craftcirkel, Utrecht 
Tijd: 10.00 - 11.30 uur

Gym Fitness, Newstyle, Nieuwegein
Tijd: 10.00 - 17.00 uur 

Wandelen Terwijde, Utrecht 
Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Halter vrije inloop, Utrecht 
Tijd: 12.15 - 13.45 uur

Steve's Herstelgerichte
kickbokslessen, Utrecht 
Tijd: 12.30 - 13.30 uur

Zwemmen, Utrecht 
Tijd: 13.45 - 14.25 uur
Kosten: 10 euro / 5 keer

Slaapcursus (start cursus),
Leidsche Rijn, Utrecht  
Tijd: 14.00 - 16.00 uur

Sportmix Terwijde, Utrecht 
Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht 
Tijd: 16.00 - 17.00 uur

DONDERDAG 23 MEI

Fitness, Hofspoor, Houten 
Tijd: 10.00 - 11.00 uur
Kosten: 1 euro

Zwemmen, Houten 
Tijd: 11.00 - 11.30 uur

Steve's Herstelgerichte fitness,
Utrecht 
Tijd: 11.00 - 13.00 uur
Kosten: Abonnement sportschool


Loopgroep, Utrecht 
Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen,
Utrecht 
Tijd: 16.00 - 17.00 uur

VRIJDAG 24 MEI

Drukplaats Lister, Utrecht 
Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein 
Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte
kickbokslessen, Utrecht 
Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Steve's Herstelgerichte fitness,
Utrecht 
Tijd: 13.00 - 15.00 uur
Kosten: Abonnement sportschool

Wandelen Noorderpark, Utrecht
Tijd: 14.00 - 15.15 uur 

LEGENDA

-  Buiten sporten
-  Creatief
-  Leefstijl
-  Muziek
-  Overige
-  Sportactiviteit

Deelname aan de activiteiten is **GRATIS**, tenzij anders vermeld!
Aanmelden is verplicht. Kijk voor meer informatie en aanmelden op de website.



ACTIVITEITENKALENDER MEI 2024

MAANDAG 27 MEI


Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 09.30 - 11.30 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Fitness, Hofspoor, Houten

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro 

Gym Fitness, Newstyle Healthcenters, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, Profit, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Fitness in Galecop, Nieuwegein 

Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Muziekimprovisaties: Tune In, (cursus), Utrecht 

Tijd: 13.00 - 15.30 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Wandelgroep Rijnsche Maan, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.00 uur

DINSDAG 28 MEI

Padel, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen/ zelfverdediging, Houten 

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Tafeltennis, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Badminton, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Dynamic tennis, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Tennis, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

WOENSDAG 29 MEI

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 


Tijd: 9.30 - 11.30 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Craftcirkel, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 11.30 uur

Gym Fitness, Newstyle, Nieuwegein

Tijd: 10.00 - 17.00 uur 

Wandelen Terwijde, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Halter vrije inloop, Utrecht 

Tijd: 12.15 - 13.45 uur


Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 

Tijd: 12.30 - 13.30 uur

Zwemmen, Utrecht 

Tijd: 13.45 - 14.25 uur

Kosten: 10 euro / 5 keer

Slaapcursus (cursus), Leidsche Rijn, Utrecht 

Tijd: 14.00 - 16.00 uur

Sportmix Terwijde, Utrecht 

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht 

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

DONDERDAG 30 MEI

Fitness, Hofspoor, Houten 

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro

Zwemmen, Houten 

Tijd: 11.00 - 11.30 uur


Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 11.00 - 13.00 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Art Based Learning 3 (start cursus), Utrecht  

Tijd: 14.00 - 16.00 uur

Loopgroep, Utrecht 

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Mental Fight en kickboksen, Utrecht 

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

VRIJDAG 31 MEI

Drukplaats Lister, Utrecht 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein 

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht 


Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Steve's Herstelgerichte fitness, Utrecht 

Tijd: 13.00 - 15.00 uur

Kosten: Abonnement sportschool

Wandelen Noorderpark, Utrecht

Tijd: 14.00 - 15.15 uur 

LEGENDA

-  Buiten sporten
-  Creatief
-  Leefstijl
-  Muziek
-  Overige
-  Sportactiviteit

Deelname aan de activiteiten is **GRATIS**, tenzij anders vermeld!

Aanmelden is verplicht. Kijk voor meer informatie en aanmelden op de website.

