

ACTIVITEITENKALENDER JULI 2025



DINSDAG 1 JULI

Padel, Utrecht ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen / zelfverdediging, Houten ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Mental fight en kickboksen, Utrecht ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Tafeltennis, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Inloop, Hogewijde, Utrecht ...

Tijd: 11.30 - 13.30 uur

Pickleball Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Badminton Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Tennis, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

WOENSDAG 2 JULI

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

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Voetbalmiddag, Utrecht ❤️

Tijd: 13.00 - 14.00 uur

Zwemmen De Kwakel, Utrecht ❤️

Tijd: 13.45 - 14.45 uur

Kosten: 10 euro / 5-strippenkaart

Badminton, Terwijde, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht ❤️

Tijd: 15.30 - 16.30 uur

DONDERDAG 3 JULI

Fitness Hofspoor, Houten ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro

Zwemmen De Startsprong, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 11.30 uur

Steve's herstelgerichte fitness, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 13.00 uur

Kosten: abonnement sportschool

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Wandelen BUUR, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 15.00 uur

Loopgroep, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

VRIJDAG 4 JULI

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein ❤️

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 12.15 - 13.15 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
Zingeving

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 JULI 2025



MAANDAG 7 JULI

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

Bootcamp, IJsselstein ❤️

Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Wandelgroep Rijnsche Maan, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 14.30 uur

DINSDAG 8 JULI

Padel, Utrecht ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen / zelfverdediging, Houten ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Mental fight en kickboksen, Utrecht ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Tafeltennis, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Inloop, Hogewijde, Utrecht ...

Tijd: 11.30 - 13.30 uur

Pickleball Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Badminton Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Tennis, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

WOENSDAG 9 JULI

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

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Voetbalmiddag, Utrecht ❤️

Tijd: 13.00 - 14.00 uur

Zwemmen De Kwakel, Utrecht ❤️

Tijd: 13.45 - 14.45 uur

Kosten: 10 euro / 5-strippenkaart

Badminton, Terwijde, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht ❤️

Tijd: 15.30 - 16.30 uur

Inzichtgroep, Utrecht 🌿

Tijd: 18.20 - 20.30 uur

DONDERDAG 10 JULI

Fitness Hofspoor, Houten ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro

Zwemmen De Startsprong, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 11.30 uur

Steve's herstelgerichte fitness, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 13.00 uur

Kosten: abonnement sportschool

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Wandelen BUUR, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 15.00 uur

Loopgroep, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

VRIJDAG 11 JULI

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein ❤️

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 12.15 - 13.15 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
🌿 Zingeving

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 JULI 2025



MAANDAG 14 JULI

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

Bootcamp, IJsselstein ❤️

Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Wandelgroep Rijnsche Maan, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 14.30 uur

DINSdag 15 JULI

Padel, Utrecht ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen / zelfverdediging, Houten ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Mental fight en kickboksen, Utrecht ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Tafeltennis, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Inloop, Hogewijde, Utrecht ...

Tijd: 11.30 - 13.30 uur

Pickleball Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Badminton Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Tennis, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

WOENSDAG 16 JULI

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

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Voetbalmiddag, Utrecht ❤️

Tijd: 13.00 - 14.00 uur

Zwemmen De Kwakel, Utrecht ❤️

Tijd: 13.45 - 14.45 uur

Kosten: 10 euro / 5-strippenkaart

Badminton, Terwijde, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht ❤️

Tijd: 15.30 - 16.30 uur

DONDERDAG 17 JULI

Fitness Hofspoor, Houten ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro

Zwemmen De Startsprong, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 11.30 uur

Steve's herstelgerichte fitness, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 13.00 uur

Kosten: abonnement sportschool

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Wandelen BUUR, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 15.00 uur

Loopgroep, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

VRIJDAG 18 JULI

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein ❤️

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 12.15 - 13.15 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
- Overige Sportactiviteit
- Creatief
- Leefstijl
- Muziek
- Zingeving

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 JULI 2025



MAANDAG 21 JULI

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

Bootcamp, IJsselstein ❤️

Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Wandelgroep Rijnsche Maan, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 14.30 uur

DINSDAG 22 JULI

Padel, Utrecht ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen / zelfverdediging, Houten ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Mental fight en kickboksen, Utrecht ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Tafeltennis, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Inloop, Hogewijde, Utrecht ...

Tijd: 11.30 - 13.30 uur

Pickleball Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Badminton Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Tennis, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

WOENSDAG 23 JULI

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

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Voetbalmiddag, Utrecht ❤️

Tijd: 13.00 - 14.00 uur

Zwemmen De Kwakel, Utrecht ❤️

Tijd: 13.45 - 14.45 uur

Kosten: 10 euro / 5-strippenkaart

Badminton, Terwijde, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht ❤️

Tijd: 15.30 - 16.30 uur

Inzichtgroep, Utrecht 🌿

Tijd: 18.20 - 20.30 uur

DONDERDAG 24 JULI

Fitness Hofspoor, Houten ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro

Zwemmen De Startsprong, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 11.30 uur

Steve's herstelgerichte fitness, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 13.00 uur

Kosten: abonnement sportschool

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Wandelen BUUR, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 15.00 uur

Loopgroep, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

VRIJDAG 25 JULI

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein ❤️

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 12.15 - 13.15 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
🌿 Zingeving

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 JULI - AUGUSTUS 2025



MAANDAG 28 JULI

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

Bootcamp, IJsselstein ❤️

Tijd: 12.00 - 13.00 uur

Wandelgroep Rijnsche Maan, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 14.30 uur

DINSDAG 29 JULI

Padel, Utrecht ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kickboksen / zelfverdediging, Houten ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Kosten: In overleg

Mental fight en kickboksen, Utrecht ❤️

Tijd: 10.30 - 11.00 uur

Tafeltennis, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Inloop, Hogewijde, Utrecht ...

Tijd: 11.30 - 13.30 uur

Pickleball Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

Badminton Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

Tennis, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

WOENSDAG 30 JULI

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

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Voetbalmiddag, Utrecht ❤️

Tijd: 13.00 - 14.00 uur

Zwemmen De Kwakel, Utrecht ❤️

Tijd: 13.45 - 14.45 uur

Kosten: 10 euro / 5-strippenkaart

Badminton, Terwijde, Utrecht ❤️

Tijd: 15.00 - 16.00 uur

Hardlopen Noorderpark, Utrecht ❤️

Tijd: 15.30 - 16.30 uur

DONDERDAG 31 JULI

Fitness Hofspoor, Houten ❤️

Tijd: 10.00 - 11.00 uur

Kosten: 1 euro

Zwemmen De Startsprong, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 11.30 uur

Steve's herstelgerichte fitness, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 13.00 uur

Kosten: abonnement sportschool

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Wandelen BUUR, Utrecht 🌿

Tijd: 14.00 - 15.00 uur

Loopgroep, Utrecht ❤️

Tijd: 14.30 - 15.30 uur

VRIJDAG 1 AUGUSTUS

Gym Fitness, ProFit, Nieuwegein ❤️

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Steve's Herstelgerichte kickbokslessen, Utrecht ❤️

Tijd: 11.00 - 12.00 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 11.15 - 12.15 uur

Fitness Overvecht, Utrecht ❤️

Tijd: 12.15 - 13.15 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
🌿 Zingeving

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

