



Sport M vzw

Recreatief sporten in Molenstede !
Wekelijks meer dan 180 leden in beweging.

Programma: www.sportmolenstede.be



Op weekbasis verzorgen wij :

Kinderen : turnen, circustechnieken,
klassiek ballet, jazzdans.

Jeugd : circustechnieken, jazzdans.

Dames : BBB.

Heren : conditietraining en 55+.

info: tel. 0468 11 80 63

email: bestuur@sportmolenstede.be



Karin Wuyts

1970 – 1976: atletiek

1974 – 1977: sporthumaniora Hasselt,
hardlopen en keurturnen

1977 – 1983: hardlopen en volleybal

1983 – heden: aerobic en BBB

1990 – heden: onderhoudsgymnastiek voor dames

1999 - heden: conditietraining heren

2005 – 2006: onderhoudsgymnastiek senioren

2008: onderhoudsgymnastiek licht mentaal gehandicapt

Gevolgde bijscholingen:

- conditietraining + aerobic + BBB.

- 2020-2021 Fitnessinstructeur Syntra St-Niklaas

Heren Conditie Sportjaar 2023 – 2024

www.sportmolenstede.be

Start: donderdag 14 september 2023

Einde: donderdag 23 mei 2024

Plaats: bewegingszaal O.C. 't Molenhuis
Dorpsstraat 45, Molenstede

Prijs: 90,00 €

Gratis proefmaand: september

Lesuren: 20:30 - 21:30 uur

Aangepast schoeisel meebrengen en pas aantrekken in de zaal.
Zeker niet met sportschoeisel van thuis uit
van buiten naar binnen komen.