

FIETSTOCHTEN:

Info: Willy Vercruyce 089/35 10 67

Heinrich Legouwski 047/588813

Vertrek om 14.00 u **deelname gratis.**

24.04.2019 : C-Mine

08.05.2019 : C-Mine

22.05.2019 : Limburghal

05.06.2019: C-Mine

19.06.2019: Limburghal

03.07.2019 : C-Mine

17.07.2019: Limburghal

31.07.2019: De Krater Kattevennen 2^o rit 4-daagse

Genker trappers

14.08.2019: C – Mine **Dag fietstocht**

28.08.2019 : Limburghal

11.09.2019 : C-Mine **Slotfietstocht**



NORDIC WALKING:

Info: Willy Vercruyce: 089/35 10 67

Chris Goemans: 0497/625819

We gaan door tot 27 maart in het sportbos van het SportinGenk park (Stedelijk Sportcentrum) telkens om 14.00 u. Ongeveer 6 km.



IBAN: BE26-4530-2546-6129
BIG: KREDBEBB
p.a. Schurfstraat 16
3600 GENK

www.gosagenk.be

NIEUWSBRIEF MAART 2019



Beste vrienden van Gosa,

Op dit ogenblik zit ik in onze tuin, in het lente-zonnetje, deze tekst te schrijven voor de nieuwsbrief die door Chris zal samengesteld worden. We maken op dit ogenblik een record mee, 26 februari 2019, meer dan 20 graden. Hopelijk moeten we het ons niet beklagen bij onze volgende activiteiten.

Een brief vol met activiteiten, gebundeld door ons ijverig bestuur.

Deze activiteiten zijn ook te vinden op onze website : www.gosagenk.be en in de "Horizon".

o.a.

- Vorming: Altijd goed om iets bij te leren.
- Wandelingen: waar wij onze stijve spieren soepel mee houden en onze contacten met anderen onderhouden. Onze jaarlijkse dag wandeling plannen we op 10 april 2019.
- Fietstochten: Staan vanaf 24 april op het programma met natuurlijk onze jaarlijkse dag fietstocht.
- Lentfeest: Waar we jullie van harte op uitnodigen. Noteer alvast de datum woensdag 15 mei 2019 om 12.30 u in zaal "De Schalm".

Ik wens u allen een deugddoende lente en een aangename zomer .

Vriendelijke groeten,

Jose Vanbockrijck

VORMING: i.s.m. met dienstencentrum Ter Hooie.

Inschrijven : Ter Hooie tel. 089/57 34 81 Start 14:00 u.

01.04.2019: Voordracht gezonde voeding hart- en vaat-ziekten.

Terplekke zullen enkele gezonde gerechten worden klaar gemaakt door: Cynthia Moors



WANDELINGEN:

Info : Jos Leirs 089/ 30 87 89

Marcel Cuyvers 089/ 35 66 76

Vertrek om 14.00 u. Deelname gratis.

20.03.2019: Alden Biesen P tegenover landcommanderij
Kasteelstraat 6 3740 Rijkhoven-Bilzen.

10.04.2019: Dagwandeling in het Eifelgebied.
Vertrek **8:00 uur** paterskerk Termien.

COMPUTERLESSEN:

Info: Remy Vandekerckhove: 089/35 84 56

In "Ter Hooie" lessen voor beginners in Windows 7 en 10.
Je kan er ook met je PC problemen terecht. Inschrijven kan telefonisch in dienstencentrum of bij Remy Vandekerckhove.

Lentefeest Gosa

15 mei 2019

Aperitief, soep + koude schotel.

live muziek van The Chiefs

Zaal De Schalm

Start om 12:30u.

Boxbergheide



TAALESSEN:

Frans, Engels en Spaans.

Info en inschrijvingen: Leon Kaes: 089/35 60 35

Deze lessen gaan door in het stadhuis van Genk en in het Dienstencentrum "Ter Hooie". Eenmaal per week in de voor- of namiddag.