| | Seniorenplein | Hooizolder | Opkamer | Fitplein | Bijkamer | Klompenhok | Broedplaats | Bovenkamer | Kidsplein | Restaurant |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **13:30** | START | | | | START | | | | START | START |
| **13:30-16:00** | Fittest SRO | | | | Activiteiten van de Herberg | | | | Springkussen | Voeding Jeugd |
| | Duofiets | | | | | | | | | Voeding algemeen |
| | Vrijwilligers werven Buurtzorg | | | | | | | | | De gezonde snack |
| | Checkup + info Leef3.nl | | | | | | | | | Vitaliteitscheck |
| | | | | | | ZWANGERSCHAPS-MASSAGE | Massage Collectief Amersfoort | FYSIO MASSAGE | | Crea |
| | | | | | | Op inschrijving | Op inschrijving | Op inschrijving | | Schilderen |
| **14:00** | | Yoga Mind-zeT | Natuurgenezing Natuurlijk Terlouw | Oefeningen met Fysio Nieuwland | Leslie hausyly | 14:00-14:20 | 14:00-14:20 | 14:00-14:20 | | Een gezond gebit |
| **14:15** | Wandelen door de wijk | | | | | 14:25-14:45 | 14:25-14:45 | 14:25-14:45 | | |
| **14:30** | | Mindfulness Aandacht-voor | Info over coaching Personal Fitness A'frt | Workout Dorien Janse | Fadoua | 14:50-15:10 | 14:50-15:10 | 14:50-15:10 | | |
| **15:00** | | Ademsessie Mind-zeT | Veerkracht-Vitaal leven-Vitale Dinsdag Buurtzorg | Oefeningen met Fysio Nieuwland | Parwin en Yvonne | 15:15-15:35 | 15:15-15:35 | 15:15-15:35 | | |
| **15:15** | Wandelen door de wijk | | | | | 15:40-16:00 | 15:40-16:00 | 15:40-16:00 | | |
| **15:30** | | Kinder Yoga Stevig Staan Kindcoaching | Stress voorkomen Zee in beweging | Workout Dorien Janse | Caroline Hermsen | | | | | |
| **16:00** | Afronden | Afronden | Afronden | Afronden | Afronden | Afronden | Afronden | Afronden | Afronden | Afronden |
| **16:30** | Afsluiting | Afsluiting | Afsluiting | Afsluiting | Afsluiting | Afsluiting | Afsluiting | Afsluiting | Afsluiting | Afsluiting |