



**DOCK Pernis**

**Activiteiten  
overzicht  
volwassenen**

**Huis van de Wijk  
De Bonte Koe**



De kracht van  
wij samen

**DOCK**

# Weekprogramma

## Maandag

| Tijdstip      | Activiteit        | Kosten         | Aanmelden | Contactpersonen                          |
|---------------|-------------------|----------------|-----------|------------------------------------------|
| 09:30 - 12:00 | Biljarten         | €1,00 per keer | Nee       | Cor Bastemeijer: 06 2557 1739            |
| 10:00 - 12:00 | Crea+Breiclub     | Gratis         | Ja        | Diana Fernandez-Iglesias<br>06 5375 3639 |
| 13:30 - 17:00 | Biljarten         | €1,00 per keer | Nee       | Bas de Korte: 06 4132 5491               |
| 19:00 - 21:00 | Pilates           | €2,50 per les  | Ja        | Liesbeth Schriel: 06 4216 4560           |
| 20:00 - 22:00 | Ontspanningsgroep | Gratis         | Ja        | Silvia Verschoor: 06 8723 3562           |

## Dinsdag

| Tijdstip      | Activiteit                  | Kosten         | Aanmelden | Contactpersonen                         |
|---------------|-----------------------------|----------------|-----------|-----------------------------------------|
| 10:00 - 11:30 | Spelletjesochtend           | Gratis         | Nee       | Michelle van der Leeden<br>06 2837 3528 |
| 12:00 - 13:30 | Huiskamer (broodlunch)      | Gratis         | Nee       | Michelle van der Leeden<br>06 2837 3528 |
| 13:30 - 17:00 | Biljarten                   | €1,00 per keer | Nee       | Bas de Korte: 06 4132 5491              |
| 13:30 - 15:30 | Fit Gym                     | Gratis         | Nee       | Michelle van der Leeden<br>06 2837 3528 |
| 14:00 - 15:00 | Mee(r) bewegen!             | €2,50 per les  | Ja        | Ellen Waltmans<br>06 4317 4447          |
| 19:00 - 21:00 | Boksen Pernis               | €2,50 per les  | Ja        | Peter Vlietstra: 06 2340 7231           |
| 19:30 - 20:30 | Do-In Yoga voor volwassenen | €2,50 per les  | Ja        | Ellen Waltmans<br>06 4317 4447          |

## Woensdag

| Tijdstip      | Activiteit        | Kosten         | Aanmelden | Contactpersonen                |
|---------------|-------------------|----------------|-----------|--------------------------------|
| 09:30 - 12:00 | Biljarten         | €1,00 per keer | Nee       | Cor Bastemeijer: 06 2557 139   |
| 13:30 - 17:00 | Biljarten         | €1,00 per keer | Ja        | Bas de Korte: 06 4132 5491     |
| 20:00 - 22:00 | Ontspanningsgroep | Gratis         | Ja        | Silvia Verschoor: 06 8723 3562 |

*Alle activiteiten zijn onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.*

**Voor meer informatie volg ons op**



[www.facebook.com/hvdwijkDeBonteKoe](https://www.facebook.com/hvdwijkDeBonteKoe)  
[www.dock.nl](http://www.dock.nl)

# Weekprogramma

## Donderdag

| Tijdstip      | Activiteit             | Kosten         | Aanmelden | Contactpersonen                         |
|---------------|------------------------|----------------|-----------|-----------------------------------------|
| 10:00 - 11:30 | Taaltafel              | Gratis         | Nee       | Siya Jolobe: 06 1771 1301               |
| 12:00 - 13:30 | Huiskamer (broodlunch) | Gratis         | Nee       | Michelle van der Leeden<br>06 2837 3528 |
| 13:00 - 14:30 | Game Seniors           | Gratis         | Nee       | Michelle van der Leeden<br>06 2837 3528 |
| 13:30 - 17:00 | Biljarten              | €1,00 per keer | Nee       | Bas de Korte: 06 4132 5491              |
| 14:00 - 16:00 | Ouderenkoor            | Gratis         | Ja        | Leen Meyboom: 010 438 1992              |
| 19:00 - 22:00 | Tekenen & Schilderen   | Gratis         | Ja        | Lenie Verhagen: 010 416 3205            |
| 19:00 - 21:30 | Franse Les             | Gratis         | Ja        | Joop de Jong: 06 5362 7013              |

## Vrijdag

| Tijdstip      | Activiteit        | Kosten        | Aanmelden | Contactpersonen                         |
|---------------|-------------------|---------------|-----------|-----------------------------------------|
| 11:00 - 12:00 | Fit Gym           | €2,50 per les | Ja        | Michelle van der Leeden<br>06 2837 3528 |
| 13:30 - 16:00 | Oudersensoos      | Gratis        | Ja        | Anneke van Noort<br>06 2465 8434        |
| 19:00 - 21:00 | Boksen Pernis     | €2,50 per les | Ja        | Peter Vlietstra: 06 2340 7231           |
| 19:00 - 21:00 | Ontspanningsgroep | Gratis        | Ja        | Marianne van de Linden<br>06 1411 7449  |

### Administratiefsprekkuur

U kunt een afspraak maken met Michelle van de Leeden

📞 06 2837 3528

✉️ mvdleeden@dock.nl

### Voedselbank Pernis

Heeft u vragen of wilt u meer informatie over de Voedselbank?

Neem dan contact op met Erik Kooij

📞 06 4617 7688

✉️ erik@raakbv.com

### Openingstijden Bibliotheek

Medewerker Bibliotheek aanwezig

Dinsdag 11.00 - 14.00 uur

### Huis van de Wijk de Bonte Koe

Ring 224, Pernis

www.dock.nl

### Voor meer informatie volg ons op

📘 [www.facebook.com/hvdwijkDeBonteKoe](https://www.facebook.com/hvdwijkDeBonteKoe)