

Diverse locaties

Anonieme Aso's

Een sociale avond met mogelijkheid tot eten of leren koken. Tussen 16:45 en 17:45u wordt gekookt met een wisselende deelnemer. Mensen die mee eten verzamelen om 17:45. Je bent vanaf 18:45 welkom en het stopt om 21:00. Na aanmelding volgt een kennismakingsgesprek.

Wanneer Elke maandag van de maand van 19:00 tot 21:00 uur
Plaats Bosvalk, Valkenboslaan 175, Den Haag
Bereikbaarheid Tram 2 (halte Fahrenheitstraat)
Bus 21 (halte Weimarstraat)
Aanmelden Tommy - 06 308 436 04
t.ammerlaan@stichtingantonconstandse.nl

Bandsessies

Band coaching voor iedere muzikant!

Wanneer Dinsdag van 12:00 tot 18:30 uur
Plaats Haags Pop Centrum
Burgemeester Hovylaan 12, Den Haag
Bereikbaarheid Tram 2 (halte Burgermeester Hovylaan)
Aanmelden Martin - 06 535 445 61
m.pakvis@stichtingantonconstandse.nl



Inloop Gerrit

Vrijblijvende inloop voor lichte ondersteuning (invullen formulieren, ingewikkelde brieven enz.) en natuurlijk gezelligheid met een lekker bakje koffie of thee.

Wanneer Dinsdag 15:00 tot 16:30 uur
Plaats Gerrit van der Veenlaan 255
Bereikbaarheid Tram 2 (halte Buitentuinen)
Bus 26 of Bus 31 (halte Buitentuinen)
Contactpersoon Elly van Leeuwen - 06 122 697 15

Joggen/Hardlopen

Altijd al willen hardlopen? Sluit je aan bij de hardloopclub! Gezamenlijk trainen voor algemene hardloopwedstrijden, in eigen tempo bouwen aan je conditie.

Voraf aanmelden gewenst!

Wanneer Maandag van 15:00 tot 16:00 uur
Bereikbaarheid Tram 1 (halte Keizerstraat) of Tram 11 (halte Strandweg)
Bus 22 (halte Keizerstraat)
Aanmelden Martin - 06 535 445 61
m.pakvis@stichtingantonconstandse.nl
Meenemen Sportkleding, sportschoenen en eventueel een handdoek.

Kickboksen

Elke woensdag even de stress eruit boksen.

Wanneer Woensdagavond 19:50 tot 21:00 uur
Plaats Weesperstraat 87, Den Haag
Bereikbaarheid Tram 2 (halte Valkenboslaan)
RandstadRail 4 of Tram 6 (halte Tienhovenselaan)
Aanmelden Mario - 06 832 467 44

Kookworkshop

Leer lekker koken met een gezellige groep.

Wanneer Dinsdag van 14:00 tot 16:00 uur
Aanmelden Lisette - 06 832 339 87
Cristina - 06 122 698 26
Plaats Hofje van Castellum - Bruggenhof, Den Haag

Spelletjesmiddag

Wanneer Elke vrijdag van 14:00 tot 16:00 uur
Plaats Levien, Vinkensteynstraat 139, Den Haag, De ingang is de poort links van Vinkensteynstraat 139, bij de poort is een bel
Bereikbaarheid Tram 2 (halte **Fahrenheitstraat**)
Bus 21 (halte **Weimarstraat**)
Aanmelden Tommy - 06 308 436 04
t.ammerlaan@stichtingantonconstandse.nl

Sport Instuif

Basketbal/zaalvoetbal/badminton/tafeltennis. Het kan allemaal bij de sportinstuif.

Wanneer Maandag van 15:00 tot 16:15 uur
Plaats Sporthal de Blinkerd - Seinpoststraat 150, Den Haag
Bereikbaarheid Tram 1 (halte **Badhuiskade**) of Tram 9 (halte **Nieuwe Duinweg**)
Bus 21 (halte **Stevinstraat**) of Bus 22 (halte **Badhuiskade**)
Aanmelden Tommy - 06 308 436 04
t.ammerlaan@stichtingantonconstandse.nl
Meenemen Sportkleding, sportschoenen en een flesje water.

Sport op dinsdagavond

Voor iedereen is er elke dinsdagavond wat te beleven, van zaalvoetbal tot paintball.

Houd de maandelijkse poster van Mario in de gaten met daarop de activiteiten!

Wanneer Dinsdagavond
Aanmelden Mario - 06 832 467 44

Sport op zondag

Voor iedereen die zich jong voelt! Diverse sportactiviteiten van karten, survival tot zeilen.

Houd de maandelijkse poster van Mario in de gaten met daarop de activiteiten!

Wanneer 2 keer in de maand op zondag
Aanmelden Mario - 06 832 467 44

De Wandelclub

Lekker rustig in beweging komen en samen een frisse neus halen.

Wanneer Donderdag 15:00 tot 17:00 uur
Plaats Gerrit van der Veenlaan 255
Bereikbaarheid Tram 2 (halte **Buitentuinen**)
Bus 26 of Bus 31 (halte **Buitentuinen**)
Aanmelden Erik Brons - 06 122 699 83

Zwemmen

Recreatief/banen zwemmen in zwembad Overbosch.

Wanneer	Woensdag van 14:00 tot 15:30 uur
Plaats	Zwembad Overbosch - Vlaskamp 3, Den Haag
Bereikbaarheid	Bus 24 (halte De Eerensplein of Overbosch)
Aanmelden	Tommy - 06 308 436 04 t.ammerlaan@stichtingantonconstandse.nl
Meenemen	Zwemkleding, handdoek en €0,50 cent voor kluisje.

Haagsche Maatschappelijke Voetbalcompetitie

We spelen 7 tegen 7 op kunstgras tegen andere teams, dus 7 tegen 7 op een half veld!

Wanneer	Laatste dinsdag van de maand om 15:30 uur
Plaats	H.V.V. Laakkwartier, Jan van Beersstraat 69 in Den Haag
Bereikbaarheid	Bus 18 (halte Jan van Beersstraat)
Aanmelden	Mario - 06 832 467 44
Meenemen	Sportkleding, (voetbal)schoenen en douchespullen

Voetbaltraining SVV Scheveningen

Wil je beter worden in voetbal? Kom dan naar de voetbaltraining bij SVV Scheveningen.

Wanneer	Donderdag vanaf 20:00 uur
Plaats	Laan van Poot 38C, 2566 EC Den Haag
Bereikbaarheid	Tram 11 (halte Houtrust) Bus 24 (halte Houtrustweg)
Aanmelden	Mario - 06 832 467 44
Meenemen	Sportkleding en voetbal/sportschoenen

Zaalvoetbal

Elke woensdag lekker zaalvoetballen in het Indoor Beach Centrum Lindobeach.

Wanneer	Woensdagavond 19:55 tot 21:00 uur.
Aanmelden	Tommy - 06 308 436 04 t.ammerlaan@stichtingantonconstandse.nl

Haagsche Maatschappelijke Voetbalcompetitie

We spelen 7 tegen 7 op kunstgras tegen andere teams, dus 7 tegen 7 op een half veld!

Wanneer	Laatste dinsdag van de maand om 15:30 uur
Plaats	H.V.V. Laakkwartier, Jan van Beersstraat 69 in Den Haag
Bereikbaarheid	Bus 18 (halte Jan van Beersstraat)
Aanmelden	Mario - 06 832 467 44
Meenemen	Sportkleding, (voetbal)schoenen en douchespullen

Voetbaltraining SVV Scheveningen

Wil je beter worden in voetbal? Kom dan naar de voetbaltraining bij SVV Scheveningen.

Wanneer	Donderdag vanaf 20:00 uur
Plaats	Laan van Poot 38C, 2566 EC Den Haag
Bereikbaarheid	Tram 11 (halte Houtrust) Bus 24 (halte Houtrustweg)
Aanmelden	Mario - 06 832 467 44
Meenemen	Sportkleding en voetbal/sportschoenen