

ZATERDAG 7 juni

Het restaurant is geopend van 10.00 – 19.00

ZONDAG 8 juni 1e Pinksterdag

Het restaurant is geopend van 10.00 – 19.00

14.00 uur	Zondagmiddag-café	Foyer	<i>U kunt diverse spelletjes spelen.</i>
-----------	-------------------	-------	--

MAANDAG 9 juni 2e Pinksterdag

Een bijzonder optreden van het Amarosa Pinksterkoor

11:00 – 11:45 uur in het restaurant

Vanaf half 11 kunt u een kopje koffie of thee krijgen met iets lekker erbij.

DINSDAG 10 juni

In verband met vakantie géén Actieve Gym. Start weer op 24 juni!

13-14 uur	Beautysalon	Foyer	
14.00 uur	Jeu de Boules	Tuin Sophieke	<i>o.l.v. Barbara Zonneveld</i>

WOENSDAG 11 juni

10.30 uur	Fit in Wassenaar met: StoelYoga; Boksen; Wandelen Na afloop koffie/thee in het restaurant met sportieve versnapering	Start in Tuin Sophieke	<i>Bij slecht weer in de theaterzaal Sophieke Zie voor meer info ommezijde bijgevoegde flyer</i>
-----------	--	---------------------------	--

Let op!! Géén Bingo!! Komt te vervallen. Eerstvolgende op woensdag 9 juli!

DONDERDAG 12 juni

De lessen 'Yoga 60+' & 'Yoga op de stoel' komen te vervallen. Op donderdag 4 september gaan de lessen in Sophieke weer van start. Voor verdere info. en vragen kunt u mailen info@vansi.eu of bellen 06-43557504

10.00 uur	Géén Aquarellen. Start weer op do. 19 juni		
13.30 uur	Bridge	Theaterzaal	
14.00 uur	Rummikub Sjoelen Klaverjas	Restaurant /Foyer	

VRIJDAG 13 juni

14.00 uur	Jeu de Boules	Tuin Sophieke	<i>o.l.v. Sjaak vd Salm</i>
16:00 uur	Weeksluiting	Theaterzaal	<i>Voorganger: Hannelore Middel</i>

*Alle activiteiten, op cursussen, workshops en optredens na,
zijn vrij toegankelijk.*

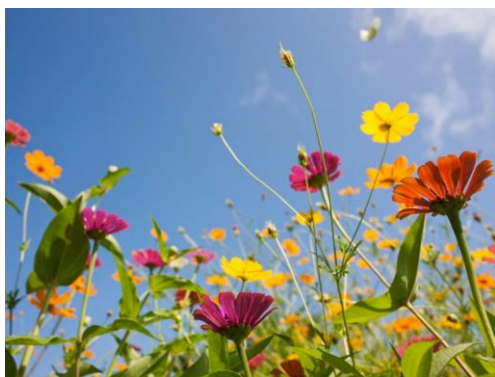
Voor consumpties dient u te betalen.



Vakantieperiode

Er staat een hoop op rood in onze weekcirculaire. Dat is een jaarlijks terugkerend fenomeen want in deze maand en de komende

maanden zijn er mensen op zomervakantie. Wij proberen dit zoveel mogelijk op te vangen maar in een aantal gevallen is dat niet mogelijk. Dat is jammer maar zodra het kan starten we de activiteiten weer.



Maandag 9 juni optreden Pinksterkoor

Kom naar een bijzonder optreden van het Amarosa Pinksterkoor onder de bezielende begeleiding van pianiste en dirigente Anneke de Pooter. 11:00 – 11:45 uur in het restaurant. Vanaf half 11 kunt u een kopje koffie of thee krijgen met iets lekker erbij. Na afloop drinken we nog een glaasje.



Woensdag 11 juni: Fit in Wassenaar

Breng uzelf in beweging in de tuin van het Ontmoetingspunt Sophieke....om 10:30 uur. Stoelyoga, Parkboksen of een wandeling, het kan allemaal in dit heerlijk stukje groen van het Sophieke. Bij slecht weer in de theaterzaal/foyer. Zie bijgevoegde flyer.

~Weekmenu~

Zaterdag: 07-06	Runder Rollade met braadjus Bieten met appel Gekookte aardappelen
Zondag: 08-06	Jagerschnitzel met jagersaus Witlof a la crème ham/kaas Gebakken krieltjes
Maandag: 09-06	Viergroentenstampot Bretons gehakt met mosterd/honingjus
Dinsdag: 10-06	Kip "Bonne Femme" Voorjaarsgroenten champignons en spekjes Krieltjes en tomatensaus
Woensdag: 11-06	Sucadelapje met gestoofde appeltjes Rode kool Aardappelpuree
Donderdag: 12-06	Rendang Djawa Atjar Kroepoek Witte rijst, roerbakgroenten
Vrijdag: 13-06	Gebakken vis met remoulade- saus Fijne groenten Gebakken aardappelen

~ Eet smakelijk ~

KOM MET ONS MEE NAAR BUITEN OP 11 JUNI!



WOENSDAG 11 JUNI
10:30 – 11:30 uur



ONTMOETINGSPUNT SOPHIEKE VAN AMAROSA
van Zuylen van Nijveltstraat 313

Activiteiten

- **Stoelyoga**
(rustiger, ook voor mensen met dementie)
- **Parkinson Boksen**
(actiever, voor mensen die zelfstandig lopen)
- **Wandel je fit**
(actiever, ook voor mensen met rollator of rolstoel)

Deelname is gratis – iedereen is welkom!

Aanmelden is niet nodig, maar mag wel.
Na afloop is er mogelijkheid voor koffie/thee
bij het restaurant van Sophieke.

Waarom meedoen?

- Samen bewegen versterkt je lichaam én je humeur
- Je ontmoet andere mensen
- Je blijft langer fit en zelfstandig

Organisatie & Partners:

- Fit in Wassenaar
- Amarosa
- Fysio & Sport Stadhoudersplein

Contact of vragen?

✉ info@fitinwassenaar.nl

*Fit in
Wassenaar*



Telefoon:
06 – 17415430

Website

www.fitinwassenaar.nl

