



**KVG Dongen**  
[www.kvgdongen.nl](http://www.kvgdongen.nl)

## **VASTE ACTIVITEITEN**

### **VOORJAAR/ZOMER 2022**

#### **Let op!**

U bent voortaan verplicht u ook aan te melden bij de vaste activiteiten, tenzij het vermeld staat bij de activiteit.

#### **Act. nr. 103 - Top Tien**

#### **Act. nr. 104 - De Boekenwurmen**

**Leesgroep Top Tien** en **De Boekenwurmen** komen dit voorjaar 5 keer, op elke derde donderdag van de maand, bij elkaar om per groep een gezamenlijk gelezen boek te bespreken. Indien u belangstelling heeft voor de leesgroepen kunt u zich inschrijven via de contactpersoon.

#### **Minimaal 8, maximaal 10 deelnemers**

<i>Datums:</i>	<i>20 januari, 17 februari, 17 maart, 21 april en 19 mei</i>	
<i>Tijd:</i>	<i>13.30 - 15.30 uur</i>	
<i>Plaats Top Tien:</i>	<i>De Cammeleur, zaal 10</i>	
<i>Plaats De Boekenwurmen:</i>	<i>De Cammeleur, zaal 6</i>	
<i>Contact Top Tien:</i>	<i>Nelleke Smans</i>	<i>tel. 0162 319779</i>
<i>Contact De Boekenwurmen:</i>	<i>Inez Plompen</i>	<i>tel. 06 10487238</i>
<i>Kosten Top Tien:</i>	<i>€ 19,60</i>	
<i>Kosten De Boekenwurmen:</i>	<i>€ 19,60</i>	
<i>Opgave én betaling vóór:</i>	<b><i>1 februari 2022</i></b>	

#### **Act. nr. 107 - Mandala**

Een heerlijke ontspannende bezigheid, je gedachten kunnen de vrije loop nemen waardoor de creativiteit ten volle wordt benut. In de techniek wordt geen les gegeven. Luisterend naar mooie achtergrondmuziek kunnen we ook onze ervaringen met elkaar delen. Mandala's tekenen of inkleuren kunt u met uw eigen meegebrachte materiaal. Er zijn dames die een Zentangle tekenen. Iedere laatste maandag van de maand.

#### **Maximaal 12 deelnemers**

<i>Datums:</i>	<i>31 januari, 28 maart, 25 april, 30 mei en 27 juni</i>	
<i>Plaats:</i>	<i>De Cammeleur</i>	
<i>Tijd:</i>	<i>van 13.30 tot 16.00 uur</i>	
<i>Contact:</i>	<i>Ellie Hamelinck</i>	<i>0162 316821</i>
<i>Kosten:</i>	<i>€ 12,50</i>	
<i>Opgave én betaling vóór:</i>	<b><i>1 februari 2022</i></b>	

#### **Lange Afstand Wandelpad - Maarten van Rossumpad**

Dit wandelpad, maar liefst 385 kilometer lang, zijn we in 2019 in Den Bosch begonnen. Het eindpunt Steenwijk hebben we nog lang niet gehaald en daarom gaan we elke maand, met behoorlijk weer, 15-20 kilometers lopen. Het vierde deel van het aantal kilometers hebben we inmiddels bereikt. We reizen met openbaar vervoer. Goede schoenen en kleding, voldoende eten en drinken, is belangrijk. Corona heeft ook anderhalf jaar onze wandelingen laten aanpassen. De afgelopen maanden hebben we onze route dan ook meer in de directe omgeving uitgestippeld.

**Wilt u graag mee wandelen, dan kunt u voor informatie terecht bij een van de contactpersonen.**

**Datums:** zaterdag 22 januari, **zondag 13 februari**, zaterdagen 19 maart,  
16 april, 14 mei, 18 juni, 16 juli en 20 augustus

**Contact:** Jeanne Verhees tel. 0162 312615 of 06 25236397  
[jeanne.verhees@home.nl](mailto:jeanne.verhees@home.nl)  
Corry Meijs tel. 06 10385038 [corrymeijs@home.nl](mailto:corrymeijs@home.nl)

## **Stamtafel**

Iedere vierde donderdag van de maand vanaf 14.00 uur "Stamtafel" in het Grand Café van de Cammeleur. Het doel ervan is elkaar ontmoeten, met elkaar "bij"praten in een ongedwongen sfeer. Ieder KVG-lid dat zin heeft om te komen is van harte welkom. Consumpties zijn voor eigen rekening.

**Voor de stamtafel hoeft u zich niet aan te melden!**

**Datums:** 27 januari, 24 februari, 24 maart, 28 april, **dinsdag 24 mei**  
23 juni, 28 juli en 25 augustus

**Plaats:** De Cammeleur - Grand Café

**Aanvang:** 14.00 - 16.00 uur

**Contact:** Dorothee Oosterhuis tel. 06 48262006

## **Stevig stappen**

Om de twee weken op vrijdagmorgen, lopen enthousiaste wandelaars zo'n 12 tot 15 kilometer. Onderweg is er een pauze om koffie of thee te drinken, uiteraard voor eigen rekening. Houdt u ervan om een stevige wandeling te maken, gezellig samen met anderen? Dan kunt u gewoon aansluiten op de hieronder vermelde data. Het is de vrijdagmorgen in **ONEVEN** weken.

**Voor stevig stappen hoeft u zich niet aan te melden!**

**Datums:** 7 en 21 januari, 4 en 18 februari, 4 en 18 maart,  
1,15 en 29 april, 13 en 27 mei, 10 en 24 juni  
8 en 22 juli, 5 en 19 augustus, 2 en 16 september

**Plaats:** De Cammeleur

**Vertrek:** 09:00 uur, terug om ongeveer 12:15 uur

**Contact:** Imma Aarts tel. 06 20513510 / 0162 314223

## **Nordic Walking / wandelen**

Elke vrijdagmorgen gaan er een aantal dames in de Duiventoren op pad om te "nordic walken". Beoefent u deze sport ook graag? Dan kunt u gewoon aansluiten bij deze enthousiaste groep, maar breng wel uw eigen poles mee. Er wordt echter géén les gegeven. U kunt ook aansluiten om gewoon mee te wandelen. Onderweg is er een pauze om een kop koffie of thee te drinken, uiteraard voor eigen rekening. Wij zouden graag zien, dat meer mensen zich aansluiten om op deze manier te sporten. Misschien iets voor U?

**Voor Nordic Walking hoeft u zich niet aan te melden!**

**Datums:** elke vrijdagmorgen

**Plaats:** De Duiventoren; start bij 'grijze fiets'

**Vertrek:** 09.30 uur, terug om ongeveer 11.30 uur

**Contact:** Leontine van Erven tel. 0162 315003  
Nel Verkooijen tel. 0162 319029

## **Donderdagavond fietstochten 2022**

**Voor deze fietstochten hoeft u zich niet op te geven!**

*Datums:* eerste op 5 mei  
laatste 25 augustus  
*Plaats:* De Cammeleur  
*Vertrek:* 19.00 uur  
*Contact:* Lia van Dongen tel. 0162 318070  
[liavandongen.wol@ziggo.nl](mailto:liavandongen.wol@ziggo.nl)  
*Kosten :* consumpties voor eigen rekening

**Bij regen gaat het niet door!**

## **Dagfietstochten 2022**

<i>Datums (woensdagen)</i>	13 juli	Meerseldreef
	3 augustus	s Hertogenbosch
	24 augustus	Terheijden
<i>Datums (zondagen):</i>	3 juli	Heusden
	24 juli	Oisterwijk
	14 augustus	Hank
<i>Vertrek:</i>		09.30 uur vanaf de Cammeleur
<i>Terug:</i>		tussen 17.00 en 18.00 uur
<i>Contactpersoon:</i>	Lia van Dongen	tel. 0162 318070 <a href="mailto:liavandongen.wol@ziggo.nl">liavandongen.wol@ziggo.nl</a>
<i>Kosten :</i>		consumpties voor eigen rekening

**Graag lunchpakket meenemen.**

**Bij regen gaat het niet door!**