

TTV LUTO haalt Vriesekoop en Vitaal tafeltennis naar Tilburg

Tafeltennisvereniging LUTO uit Tilburg viert haar 75-jarig jubileum door in Tilburg vitaal tafeltennis mogelijk te maken met het programma Fifty+ViTT. Vitaal tafeltennis voor ouderen (Fifty+ViTT) is bedoeld voor mensen die binnen een gezellige vereniging samen willen komen en willen werken aan hun gezondheid, onder andere door middel van tafeltennis.

Tafeltenniscoryfee Bettine Vriesekoop verzorgt de officiële aftrap met een clinic voor ouderen op woensdag 1 mei van 14.00 uur tot 16.00 uur in de speelzaal van TTV LUTO aan de Jan Aartestraat 18 in Tilburg. Onder leiding van een enthousiaste en gediplomeerde trainer kunt u in de periode daarna meedoen aan een vitaliteitsprogramma. Samen met leeftijdsgenoten gaat u tien woensdagochtenden van 10.00 uur – 11.30 uur aan de slag om u fitter te voelen.

Tafeltennis als gezondheidssport! Dat is wat Vriesekoop de deelnemers aan de clinic wil voorhouden. De sport activeert zowel het lichaam als het brein en draagt bij aan een langer en gezonder levensperspectief. Daarbij is het één van de meest laagdrempelige sporten om te beoefenen. De kosten zijn laag en er kan op ieder niveau gespeeld worden. Eerdere ervaring met tafeltennis is niet nodig en LUTO zorgt eventueel voor de batjes.

Fifty+ViTT is door de NTTB ontwikkeld om vitale ouderen op een veilige en verantwoorde manier te laten kennis maken met tafeltennis en te laten ervaren hoe je door tafeltennis en vitaliteitsoefeningen fitter wordt. Naast de gezondheidseffecten zijn het kopje koffie en de sociale contacten ook belangrijke redenen om te gaan sporten. En bij LUTO ben je dan aan het juiste adres: tafeltennis als alternatief voor de sportschool.

U kunt u inschrijven voor één of voor beide evenementen.

Voor deelname aan de clinic betaalt u € 5,00.

Voor deelname aan het Fifty+ViTT programma (10 lessen van elk 1½ uur) betaalt u slechts € 35,00 inclusief een kopje koffie of thee. Als deelnemer bent u lid van onze sportbond en daarmee valt u onder de collectieve WA/ongevallen verzekering van de NTTB.

Mensen die geïnteresseerd zijn om mee te komen spelen, zijn van harte welkom en kunnen contact opnemen met Marcel van der Wegen, tel 013- 5342839 Of 06 1425 5474 of via email:

vanderwegenmarcel@gmail.com

Zie de website ttvluto.nl voor de beperkte parkeergelegenheid!