FEMMA KASTERLEE

‘t Kroniekske

Januari - Februari 2026

www.femmakasterlee.be

Gelukkig en gezond 2026

Maak er een onvergetelijk, goed jaar van!

Dankzij het uitgebreide sportaanbod heb je geen enkel excuus meer om je goede sportieve voornemens niet waar te maken:

Sportkalender voorjaar 2026 van Femma Sport Kasterlee

MAANDAG

extra lessenreeks callanetics
13:00 tot 14:00 uur: Callanetics in de polyvalente zaal van het Duineneind (start 5/1)
14:00 tot 15:00 uur: Callanetics in de polyvalente zaal van het Duineneind (start 5/1)
20:00 tot 21:00 uur: Zumba in de sporthal van de Vlieger (start 5/1)
19.30 tot 20.30 uur: Aquafitness in het zwembad Kempenrust (start 5/1)

DINSDAG

12:30 uur: Fietsen vertrek in het Biekenbusseltje (gans het jaar)
13:30 tot 14:30 uur: Yoga in de gevechtszaal van het Duineneind (start 6/1)
19.00 tot 20.00 uur: Bodymix in de danszaal van het Duineneind (start 6/1)
20.00 tot 21.00 uur: Bodymix in de danszaal van het Duineneind (start 6/1)
20:30 tot 22:30 uur: Volleybal in de sporthal van het Duineneind (start 2/9)

WOENSDAG

09:00 tot 10:00 uur: Callanetics in de polyvalente zaal van het Duineneind (start 7/1)
10.15 tot 11.15 uur: Qi-gong in de danszaal Duineneind (start 7/1)
13.30 tot 14.15 uur: Kleuterturnen 2,5 - 4 jarigen in de sporthal van de Vlieger (start 7/1)
14:15 tot 15:15 uur: Kleuterturnen 4 - 6-jarigen in de sporthal van de Vlieger (start 7/1)
20:00 tot 22:00 uur: Volleybal in de sporthal van de Vlieger (matchen)
20.00 tot 21.00 uur: Yoga in de sporthal van het Smik (start 7/1)

DONDERDAG

13:00: Wandelen 1ste en 3de donderdag van de maand (vertrekplaats zie kroniekske) (start 4/9)
18:30 tot 19:30 uur: Callanetics in “De Waaier” (start 8/1)
19:30 tot 20:30 uur: Callanetics in “De Waaier” (start 8/1)
19:00 tot 20:00 uur: Fat burn Step in de sporthal van het SMIK (start 8/1)
20.00 tot 21.00 uur: BBB in de sporthal van het SMIK (start 8/1)
19.30 tot 20.30 uur: Aquafitness in het zwembad Kempenrust (start 8/1)

VRIJDAG

09:00 tot 10:00 uur: Callanetics in de polyvalente zaal van het Duineneind (start 9/1)

- Onze lessenreeksen van het voorjaar 2026 lopen t/m de voorlaatste week van juni. Prijs voo***r de lessen Zumba en dance, BBB, fat burnstep, yoga, Callanetics en bodymix is € 75,00 voor voorjaar 2026. Schrijf je in vóór 23 januari dan ontvang je € 10 korting! Bovendien krijg je € 10 extra korting voor de tweede sport indien je dit voorjaar in***schrijft voor twee sporten van Femma Kasterlee.

- De lessen kleuterturnen werden reeds voor het ganse jaar betaald.
  Wens je nog aan te sluiten bij de lessen kleuterturnen? Neem dan contact op met Renild.
  Prijs kleuterturnen (enkel voorjaar 2026)/
  voor onze jongste kleuters (13.30 tot 14.15 uur) € 40.00
  voor onze oudste kleuters (14.15 tot 15.15 uur) € 45.00
- Prijs Qi gong € 105,00 voor het voorjaar 2026
  S***chrijf je in vóór 22 januari dan ontvang je € 10 korting!***
- Prijs Aqua gym € 84,00 voor de reeks van januari tot de paasvakantie
  Meer info en inschrijven: Renild Van Laer, 014 85 16 19, renildvanlaer@hotmail.com

Keuzestress? Geen probleem, je kan in januari geheel vrijblijvend deelnemen aan een gratis kennismkingsles van al onze sporten (uitgezonderd aqua gym)
Je kan je ter plaatse inschrijven voor al onze sporten. (uitgezonderd aqua gym - hiervoor kan je inschrijven bij Renild Van Laer)

Meer info i.v.m. al onze sporten: Renild Van Laer, 014 85 16 19, renildvanlaer@hotmail.com

Wandeldonderdagen

Trek er gezellig op uit met een toffe groep en ontdek de mooiste wandelpaadjes in gans Kasterlee. De wandelingen gaan door op de eerste en derde donderdag van de maand. (wijziging januari)

Elke maand kiezen we een andere startplaats. We vertrekken om 13 uur voor een wandeling van +/- 5 km. Afsluiten doen we met een gezellig terrasje (vrijblijvend).

- Startplaats 8 - 22 januari: Keeses Molen
- Startplaats 5-19 februari: café Pelleman

De deelname is volledig gratis en je hoeft je vooraf niet in te schrijven.
Meer info: Ghislaine Vleugels, ghislainevleugels@hotmail.com, 0494 82 43 88

Spelletjesnamiddagen

Voor ieder die houdt van gezelschapsspellen is er elke tweede donderdag van de maand een super gezellige bijeenkomst. De spelletjesnamiddag gaat door in “Keeses Molen” (Doornboom 1). We starten om 13:30 uur. Er zijn leuke gezelschapsspellen aanwezig maar je mag uiteraard ook jouw favoriete gezelschapsspel meebrengen. In januari gaat de spelletjesnamiddag uitzonderlijk door op **15 januari**.

De deelname is gratis en iedereen is hartelijk welkom zonder vooraf in te schrijven.

Ontmoetingsfeest 55+: Het beste moet nog komen?!

Ouder worden kan de mooiste periode van ons leven betekenen, ook al gaat dat gepaard met kleine ongemakjes. Helaas moeten ouder wordende mensen nog te vaak opboksen tegen eerder negatieve clichés en ervaren ze misschien discriminaties omwille van hun leeftijd. Daarom is het zinvol dat we ons kunnen inspireren en oriënteren met een positieve visie op ouder worden!

De lezing sluit aan bij het nieuwste boek van Guido Cuyvers 'Een tedere revolte. Ouder worden met toekomst'. Na deze boeiende lezing kan je genieten van een lekkere koude schotel, afsluiten doen we met een éclair.

Waar en wanneer: maandag 16/2 om 13u30 in de foyer van het OC.
Prijs etentje + lezing: Femma-leden en huisgenoten € 11 - niet-leden € 17
Prijs enkel lezing: € 5 Femma-leden en huisgenoten - € 7 niet-leden
Inschrijven vóór 9/2 bij je kernlid of bij Ghislaine Vleugels, 0494 82 43 88, ghislaine-vleugels@hotmail.com
Betalen kan je bij je kernlid of op rekeningnummer van Femma Kasterlee BE29 0882 9466 3864. Vermeld bij je betaling "ontmoetingsfeest 55"en "je meisjesnaam".

Kooklessen voorjaar 2026

- 26/2 koken we een lekkere winterse 4 gangen menu met Hilde.
- 16/3 geeft Peter ons alvast heel wat inspirerende ideetjes voor een heerlijk lentefeestje

Prijs per kookles: € 7 voor Femmaleden en huisgenoten - € 12 voor niet-leden (ingrediënten niet inbegrepen)
Meer info en inschrijven: Ria Campforts, 014 85 24 34
Graag inschrijven ten laatste 2 weken voor de kookles- Max aantal deelnemers: 20

Dauwtrip

Op 10 maart trekken we er weer op uit vóór dag en dauw. Na de verkwikkende ochtendwandeling kan je weer genieten van een uitgebreid ontbijtbuffet.

Waar en wanneer: dinsdag 10/3 vertrek om 7 uur aan de kantine van de Kattenberg, Hulst 29
Prijs: € 10 voor Femma - leden en huisgenoten € 15 voor niet-leden
Inschrijven en info: Renild Van Laer, 014 85 16 19, renildvanlaer@hotmail.com

Workshop: Maak je eigen Jesmonite Terrazzo oorbellen

Voor deze workshop werken we samen met "de kleine bij" uit Mol. We gaan aan de slag met Jesmonite.
Jesmonite is een ecologisch alternatief voor gips, beton of kunsthars. Je kunt er allerlei vormen en kleuren mee creëren, van schalen en kandelaars tot sieraden. In deze workshop leer je hoe je met Jesmonite kan werken, welke technieken je kan gebruiken en hoe je je eigen Terrazo kan maken. Je gaat naar huis met minimaal 4 paar oorbellen. Je gaat zelf aan de slag met je favoriete kleuren zodat je uiteindelijke creaties helemaal uniek zijn en compleet aangepast aan je eigen smaak.
Onze workshop van 25 februari was zeer snel volzet. Daarom een extra workshop.

Waar en wanneer: woensdag 18 maart om 19u30 in het OC van Kasterlee
Prijs: € 30 voor Femma-leden en huisgenoten - € 35 voor niet-leden
Meer info en inschrijven: Kris Van Ballaer boonen-vanballaer@telenet.be of 014 85 17 78
Max aantal deelnemers: 20
Meebrengen schort en doosje om je oorbellen mee te nemen.