

ANTWERPEN

Heist o/d Berg:

- Oefenen:
elke dinsdag van 19u30 tot 20u30
Stationsstraat 84, Heist op den Berg
Info: An Van Camp, 0475 49 81 16
oefengroepheistopdeberg@spondylitis.be

Turnhout:

- Oefenen en zwemmen:
elke dinsdag van 19u30 tot 21u30
Gielsbos, Vosselaarseweg 1, 2275 Gierle (Lille)
Info: May Van Hees
oefengroepturnhout@spondylitis.be

VLAAMS - BRABANT

Momenteel geen oefengroep

LIMBURG

Hasselt:

- Zwemmen in verwarmd water (30°):
elke dinsdag van 20u30
Holiday Inn, Kattegatstraat 1, Hasselt
Info: Lambert Claes, 011 37 12 49
oefengroep Hasselt@spondylitis.be

OOST-VLAANDEREN

Aalst:

- Oefenen in Aalst:
elke donderdag van 18u tot 19u (niet in juli en augustus)
Info: Annie Van Saene, 09 278 34 74,
Kiné-praktijk, Kerkhoflaan 45, Aalst
oefengroepaalstturnen@spondylitis.be
- Zwemmen:
elke maandag om 18u
Universitair Ziekenhuis, De Pintelaan 185, 9000 Gent
Info: Annie Van Saene, 09 278 34 74,
oefengroepaalstzwemmen@spondylitis.be

Gent:

- Zwemmen:
maandag en vrijdag van 18 tot 19u
Locatie: UZ, revalidatiebad, K7, De Pintelaan 135, Gent
Info: Claire Van Moffaert, 0473 786 329
oefengroepgent@spondylitis.be
- Oefenen:
elke donderdag van 20u30 tot 21u30,
Basisschool OLV Visitatie, 11-novemberstraat 23,
9030 Mariakerke
Info: Claire Van Moffaert, 0473 786 329
oefengroepgent@spondylitis.be

Waasland:

- Oefenen:
elke maandag van 20u tot 21u
H. Hartschool, St. Amelbergalaan, Temse
Info: Monique Bollé, 03 771 43 04
oefengroepwaasland@spondylitis.be
- Zwemmen:
elke vrijdag van 19u tot 20u
De "Sterre" Sterredreef 50, Clinge, Nederland
Info: Christel Heynderickx, 03 707 01 73 of 0473 76 77 14,
oefengroepwaaslandzwemmen@spondylitis.be

WEST-VLAANDEREN

Kortrijk:

- Oefentherapie in zwembad:
elke woensdag van 20u15 tot 21u15 onder leiding van
een ergotherapeut
Zwembad "Kortrijk Weide",
Nelson Mandelaplein 19 - 8500 Kortrijk
Info: Karine Braems en Inge Opsomer,
0474 32 68 41 of 0478 70 62 61,
oefengroepkortrijk@spondylitis.be

Oostende:

- Oefenen in groep
elke maandag van 19u tot 20u
Voorhavenlaan 102, Oostende
Info: Rita Wallez, 0485 89 48 88
oefengroepoostende@spondylitis.be

Van bij het ontstaan van onze vereniging werd de waarde van voldoende en correct bewegen hoog in het vaandel gedragen. VVSA richtte daarvoor de oefengroepen op: op diverse locaties kan je wekelijks samen met medepatiënten turnen en/of zwemmen onder leiding van een kinesist of een opgeleide bewegingsdeskundige. Bewegen is essentieel in de behandeling van onze ziekte. Oefenen en / of zwemmen in groep motiveert om het bewegen vol te houden.

VVSA-telefoon: 0479 05 51 97

Opgelet: de telefoonpermanentie gebeurt door vrijwilligers in hun vrije tijd. Dat maakt dat ze soms ook even niet beschikbaar zijn...