

Dienst Communicatie

---

telefoon  
051 26 24 70

e-mail  
communicatie@roeselare.be

## Persbericht

---

### **LIJNDANS EN CORE VOOR 50-PLUSSERS**

*Stad Roeselare organiseert lijndans en core voor 50-plussers: 10 weken lang een uurtje sportelen in groep is goed voor lichaam en geest.*

#### **Coretraining**

Tijdens een core training versterk je je rug-buik-heup en schouderpijnen. Stevige spieren zorgen ervoor dat je dagelijks beter functioneert en kunt bewegen en sporten met minder kans op blessures.

De coretraining vindt iedere maandagnamiddag vanaf 7 januari tot en met 18 maart plaats in het Sportstadion, Spanjestraat 181 in Roeselare. Deelnemen kost 20 euro of 10 euro voor houders van een vrijetijdspas.

Info en inschrijven in het Vrijetijdspunt, Polenplein 15 via 051 26 24 00 of [vrijetijd@roeselare.be](mailto:vrijetijd@roeselare.be).

#### **Lijndans**

Lijndans komt oorspronkelijk uit Noord-Amerika maar is tegenwoordig erg populair in Vlaanderen. Dansen in een groep, genieten van de muziek en lekker in beweging zijn. Danservaring is niet noodzakelijk en een danspartner ook niet. Op een prettige manier actief bezig zijn, fit blijven, en tegelijk jezelf ontspannen. Individueel en toch samen. En iedere 50-plusser kan deelnemen.

De lijndansinitiatie vindt iedere vrijdagvoormiddag vanaf 11 januari tot en met 29 maart plaats in de repetitieruimte van TRAX, Beversesteenweg 67B in Roeselare. Deelnemen kost 30 euro of 15 euro voor houders van een vrijetijdspas.

Info en inschrijven in het Vrijetijdspunt, Polenplein 15 via 051 26 24 00 of [vrijetijd@roeselare.be](mailto:vrijetijd@roeselare.be).