

"Rondje Kockengen"

Week 14 2025

rondjekockengen@delangebreukelen.nl

Te koop:

een heren E-bike, merk Stella, bouwjaar 2022. Prijs n.o.t.k.

Tel 06 - 51831401

Begin (weer) met hardlopen met de LbnK!



Wil je laagdrempelig en samen met anderen beginnen met hardlopen? Ben je al eerder gestart en wil je nu doorzetten? Doe mee met de startersgroep! Start op dinsdag 8 april bij de LbnK. In drie maanden bouw je conditie en techniek op om een half uur te kunnen hardlopen.

De trainingen beginnen rustig en je wordt op de dinsdagavonden begeleid door hardlooptrainers. Alle trainingen zijn in het dorp. Voor 2025 hebben we een nieuw schema dat voorzichtiger opbouwt om blessures te voorkomen.

We starten op de dinsdagavonden om 19.30 met inlopen (wandelen) en om 19.45 met de warming-up. De trainingen duren ongeveer een uur. Daarnaast krijg je tips om nog twee keer in de week afwisselend te hardlopen en te wandelen. Zo bouw je snel en blessurevrij je conditie op.

En als je dat leuk vindt, loop je op 4 juli onder luid applaus naar de finish van de Hart van Holland Loop op het Driestammenplein! Meld je aan via info@lbnk.nl en we houden je op de hoogte. Heb je al loop- of sportervaring? Gewoon meedoen! Bij de LbnK kan iedereen op zijn eigen niveau trainen.

M.J. de Kriek
Schildersbedrijf

- * Schilderwerken
- * Wandafwerking
- * Verftechnische adviezen
- * Kleuradvies

unilux

Houd de insecten buiten, daar doen ze goed werk!



Bescherm
de insecten met
Unilux horren.

Poeldijk 13
3621 CZ Breukelen
0346-251981
www.delangebreukelen.nl

EEN BIZONDER HANDIGE WINKEL!

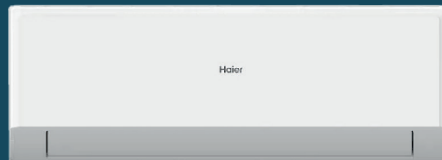


Dorpsstraat 12
3451 BK Vleuten
030-6771389
www.delangevleuten.nl

Nu bij ons verkrijgbaar:

Haier revive plus - 2.7kW, 3.5kW en 4.8kW

Uitstekende kwaliteit voor een voordelige prijs!



Vanaf:
€1900,-*
Incl. montage

- ✓ Verwarmen, koelen & ontvochtigen
- ✓ 3 Level Eco om 20%, 35% of 55% elektriciteit te besparen
- ✓ Zeer geruisloos
- ✓ Ingebouwde wifi

Prijzen:

- 2.7 kW > € 1900,-*
- 3.5 kW > € 2000,-*
- 4.8 kW > € 2100,-*

* Vaste prijs inclusief b.t.w. en montage bij normale geveldoorvoer en max. 10 meter leidingwerk tussen buiten en binnendeel. Elektra aan te sluiten op bestaande groep.

- ▲ Warmtepompen
- ▲ Installatietechniek
- ▲ Airconditioning
- ▲ Advies

Wim Nabers
T 0346 - 745120

INSTALLATIETECHNIEK
DC Duurzaam
Comfort

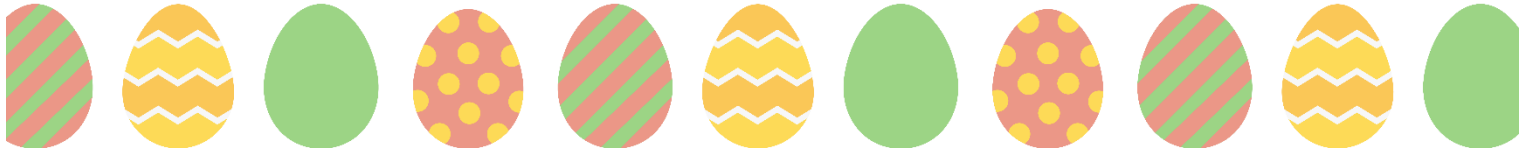
www.duurzaamcomfortinstallatie.nl

ESDO'S PAASTRAINING

Op zaterdag 12 april organiseert ESDO Paastraining in de sporthal in Kockengen.

We gaan leuke spelletjes doen en natuurlijk paaseitjes zoeken. Alle kinderen tot 6 jaar zijn welkom om mee te doen! De ochtend begint om 09.00 en is om 10.00 afgelopen. Ook vriendjes/vriendinnetjes zijn welkom.

Ook is er een paas kleurwedstrijd. Download de kleurplaat op www.esdo.nl, kleur het zo mooi mogelijk in, lever de kleurplaat in bij de Paastraining en maak kans op een prijsje.



Deukje?

*Bumper gekust?
Vervelend, maar niet onoverkomelijk!
Stelt u prijs op kwaliteit?
Wilt u snel geholpen worden?
En...ook nog eens vriendelijk*

*Bel voor een afspraak met
Fokkema Autoschadeherstel
(onderdeel van ASN Groep)*

IJzersterk in schadewerk



**Autoschade Service
Fokkema Breukelen**



Nijverheidsweg 2 3628 GD Kockengen
t 0346 26 51 65 f 0346 25 02 25
e fokkemabreukelen@asnmail.nl

www.asngroep.nl

Bosdijk Bootcamp



Vraag een
GRATIS
proefles
aan!

Liever
binnen
sporten?
Vraag naar
de CCY les!

Locatie: Bosdijk

Dag: Dinsdag

Tijd: 19:30 & 20:30

Kosten: €8,25 per training

Aanmelden en meer informatie: info@dancehealthmotion.nl | 0613119877 | www.dancehealthmotion.nl