

PROGRAMMA

NATIONALE SPORTWEEK



Datum	Tijd	Activiteit	Contactpersoon en Organisatie	Locatie	Omschrijving
20 september Kickoff NSW					
	13.30 - 14.30	Walking Football	Wilco Huisman, SV Voorwaarts	Sportpark De Laene	Zin in een potje 55 Plus voetbal. De koffie staat klaar!
	15.00 - 16.00	Bootcamp voor iedereen!	Robert Horstink, Voorst Actief	Dorpsplein Twello	Iedereen (jong, oud met of zonder beperking) mag meedoen, opgeven is niet nodig!
	16.45 - 20.00	Jiu Jitsu	Wim van der Sluis, Sluis Invicta	Gymzaal oude Veluws College	Trek een t-shirt en trainingsbroek aan en doe mee! Meld je aan via info@sluisinvicta.nl .
	18.30 - 20.30	CombiFit voor jonge mantelzorgers	Annet Reimert, Mentaal Krachtig & Mens en Welzijn	Klein Twello	Gratis bootcampachtige activiteit voor jonge mantelzorgers (8 t/m 15 jaar).
21 september Sportclubdag					
	9.00 - 10.00	Volleybalspeeltuin	Kristelien de Roo , SV Voorwaarts	Gymzaal AOC Twello	Alle kinderen van 4, 5 of 6 jaar kunnen gratis meedoen met de volleybalspeeltuin
	9.15 - 10.00	Peutergym	Marieke Smit, SV Voorwaarts	Multizaal Sporthal Jachtlust	PeuterGym voor kinderen tot 4 jaar.
	10.00 - 11.00	Kleutergym	Marieke Smit, SV Voorwaarts	Multizaal Sporthal Jachtlust	KleuterGym voor kinderen van 4 tot 6 jaar.
22 september Kickoff Europese sportweek					
23 september Kennisdag					
	09.00 - 10.30	Samen wandelen	Anita Huisman, DCP	Wilpermolen, Posterenk	Wandel gezellig mee vanaf de Wilpermolen in Posterenk.
	09.30 - 11.30	Koersbal	Joke van den Berg, Trefpunt Duistervoorde	Trefpunt Duistervoorde	Ook zin in een lekker potje koersbal?
	10.30 - 11.00	AquaVaria	Moniek Tiemens, Zwembad De Schaeck	Zwembad De Schaeck	Jong en oud worden kriskras door het water gestuurd!
	14.45 - 16.00	Seniorengym	Joke van den Berg, Trefpunt Duistervoorde	Trefpunt Duistervoorde	Blijf soepel en in beweging. Iedereen is altijd welkom. Wel geldt vol = vol.
	15.30 - 16.30	Voorst Actief on Tour	Tom Spijker, VA On Tour	Schoolplein de Zaaier, Teuge	De High-Five bus gaat op pad om gratis sport- en beweegactiviteiten te organiseren.
	20.00 - 21.00	Mens Fitness Bootcamp	Marieke Smit, SV Voorwaarts	Gymzaal oude Veluws College	Deze nieuwe les is alleen voor stoere mannen!
24 september Scholendag					
	8.30 - 12.00	Senioren fitness	Karin Boeye, SV Twello	Fitness SV Twello	Blijf in beweging en hou je spierkracht op peil!
	15.00 - 16.00	Voorst Actief on Tour	Tom Spijker, VA On Tour	Schoolplein Ten Holtens Erve, Nijbroek	De High-Five bus gaat op pad om gratis sport- en beweegactiviteiten te organiseren.
	18.00 - 19.00	Volleybaltraining voor mini's	Madelon Bensink, SV CCW'16	Gymzaal Kerkstraat, Wilp	Kennismakingstraining CMV, een speciaal ontwikkeld volleybalspel voor kinderen van 5 t/m 11 jaar.
	18.00 - 19.00	Volleybaltraining voor mini's	Kristelien de Roo , SV Voorwaarts	Gymzaal AOC Twello	Kennismakingstraining voor meiden van 9,10 jaar (N4.3) en jongens van 9, 10 jaar (N4.1).
	18.00 - 19.00	Volleybaltraining voor mini's	Kristelien de Roo , SV Voorwaarts	Gymzaal Wassenaar Opdamstraat	Ben jij een stoere jongen van 7 of 8? Doe dan mee aan de open training volleybal!
	20.00 - 21.00	Dance for Fun	SV Voorwaarts	Multizaal Sporthal Jachtlust	Dansen voor vrouwen vanaf 25 jaar!
25 september Ouderendag					
	09.00 - 12.00	Samen fietsen	Guus Kroes, Mens & Welzijn	Klein Twello	‘Samen fietsen’, veel leuker dan alleen! Deelname is gratis.
	09.00 - 10.00	Wilpse Boostcamp, Fit voor het leven!	Levien de Jager, LEVIEN	Dorpskerk Wilp	Aanmelden via info@LEVIEN.nu want er is beperkt ruimte!
	10.00 - 11.30	Sportieve wandeling	Guus Kroes, Mens & Welzijn	Start Klein Twello	Wandeling door Twello e.o. Keuze uit snelle (8 km) en minder snelle (6/7 km) groep.
	10.00 - 11.30	Jeu de boules	Bram de Bree, DCP Klarenbeek	MFC Klarenbeek	Iedere woensdagochtend kunt u aansluiten om een partijtje Jeu de boules te spelen.
	10.00 - 12.00	Jeu de boules voor heren	Gerard Leenders, Dorpsbelangen Terwolde	Dorpshuis d'Olde Schole, Terwolde	Elke woensdagochtend spelen de heren onderling een partijtje jeu de boules.
	10.30 - 11.00	AquaGym	Moniek Tiemens, Zwembad De Schaeck	Zwembad De Schaeck	Neem gezellig iemand mee, hij of zij zwemt gratis mee!
	12.30 - 13.30	Voorst Actief on Tour	Tom Spijker, VA On Tour	Schoolplein De Hagewinde, Wilp	De High-Five bus gaat op pad om gratis sport- en beweegactiviteiten te organiseren.
	13.00 - 13.30	AquaGym (diepe bad)	Moniek Tiemens, Zwembad De Schaeck	Zwembad De Schaeck	Neem gezellig iemand mee, hij of zij zwemt gratis mee!
	13.00 - 16.30	Spelletjes middag	Moniek Tiemens, Zwembad De Schaeck	Zwembad De Schaeck	Tijdens het recreatief zwemmen, diverse spelletjes in het water.
	15.30 - 16.30	Ballet (4 tot 6 jr)	Marieke Smit, SV Voorwaarts	Spiegelzaal Kulturhus	Balletles voor 4 tot 6 jarigen.
	16.30 - 17.30	Mini voetbaltraining (5 tot 7 jr)	Marco Buitenhuis, Sp. Teuge	Sp. Teuge	Kinderen van 5,6,(7) jaar kunnen deelnemen aan de open mini training.
	17.00 - 18.00	Wilpse Boostcamp, Fit voor het leven!	Levien de Jager, LEVIEN	Dorpskerk Wilp	Aanmelden bij info@LEVIEN.nu want er is beperkt ruimte!
	18.30 - 20.00	Samen fietsen	Bram de Bree, DCP Klarenbeek	MFC Klarenbeek	‘Samen fietsen’, veel leuker dan alleen! Deelname is gratis.
	19.00 - 20.00	Jeugd fitness	Karin Boeye, SV Twello	Fitness SV Twello	Kijk tijdens de open fitnessless voor jeugd of fitness iets voor jou is.
26 september Iedereen kan sporten dag					
	14.45 - 15.45	Voorst Actief on Tour	Tom Spijker, VA On Tour	Schoolplein De Wiekslag, Voorst	De High-Five bus gaat op pad om gratis sport- en beweegactiviteiten te organiseren.
	16.00 - 17.00	Loop- en coördinatie training voor jeugd	Rian Havekes, De Boog Fysiotherapie	Sportpark De Laene	Ben jij tussen de 10 en 14 jaar en wil je meedoen? Meld je dan aan via rian@deboogfysiotherapie.nl
	17.30 - 19.00	Turnen groep 3-4-5	Marieke Smit, SV Voorwaarts	Multizaal Sporthal Jachtlust	Doe mee aan deze open turnles!
	18.00 - 19.00	Dansles voor kinderen van gr. 4 t/m V.O.	Guus Kroes, SV CCW'16	Gymzaal Kerkstraat, Wilp	Zit jij in schoolgroep 4 t/m 8 en ben je gek op dansen? Kom een keertje meedoen!
27 september Bedrijvendag					
	9.30 - 10.00	AquaGym	Moniek Tiemens, Zwembad De Schaeck	Zwembad De Schaeck	Neem gezellig iemand mee, hij of zij zwemt gratis mee!
	10.00 - 10.30	HIIT (zeer intensieve les)	Moniek Tiemens, Zwembad De Schaeck	Zwembad De Schaeck	Durf jij deel te nemen aan deze work out in het water?
	11.00 - 12.00	Actief bewegen voor 60+ ers	Guus Kroes, Mens & Welzijn	Dorpshuis De Pompe, Wilp	Gratis kennismakingsactiviteit voor senioren
	13.30 - 14.30	Walking Football	Wilco Huisman, SV Voorwaarts	Sportpark De Laene	Zin in een potje 55 Plus voetbal. De koffie staat klaar!
	14.30 - 15.30	Proefles Seniorengym	Joske Ruwhoff	Trefpunt Duistervoorde, Twello	Lekker in beweging blijven en uiteraard een hoop gezelligheid.
	14.45 - 15.45	Voorst Actief on Tour	Tom Spijker, VA On Tour	Schoolplein St. Martinus, Bussloo	De High-Five bus gaat op pad om gratis sport- en beweegactiviteiten te organiseren.
	16.30 - 17.30	Gymles voor kinderen van gr. 1 t/m 4	Guus Kroes, SV CCW'16	Gymzaal Kerkstraat, Wilp	Open gymnastiekles voor groep 1 t/m 4.
	16.45 - 20.00	Jiu Jitsu	Wim van der Sluis, Sluis Invicta	Gymzaal oude Veluws College	Sportkleding aan en doe mee! Even je komst aanmelden via info@sluisinvicta.nl .
	17.00 - 18.00	Dansen groep 1 t/m 4	Marieke Smit, SV Voorwaarts	Spiegelzaal Kulturhus	Hou je van dansen? Doe mee!
	17.30 - 18.30	Gymles voor kinderen van gr. 5 t/m 8	Guus Kroes, SV CCW'16	Gymzaal Kerkstraat, Wilp	Voor de schoolgroepen 5 t/m 8 is er een open gymnastiekles.
28 september #BeActive Night					
	13.00 -15.30	Spelletjes middag	Moniek Tiemens, Zwembad De Schaeck	Zwembad De Schaeck	Tijdens het recreatief zwemmen, diverse spelletjes in het water.
29 september Lekker naar buitendag					
	13.00 -15.30	Spelletjes middag	Moniek Tiemens, Zwembad De Schaeck	Zwembad De Schaeck	Tijdens het recreatief zwemmen, diverse spelletjes in het water.

#NSW2019 #BEACTIVE

