

ACTIVITEITEN NATIONALE SPORTWEEK GEMEENTE BORSELE



BORSELE BEWEEGT
gemeente Borsele

ZATERDAG 18 SEPTEMBER STELLEPLAS	FIETSCLINIC	14.00 - 16.00	6+	
	Door de fietsvereniging Theo Middelkamp: In deze clinic leer je verschillende oefeningen en doen we mini-wedstrijdjes. Neem je fiets mee en eventueel een helm.			
	URBAN DANCE	14.00 - 16.00	4 t/m 7 en 7 t/m 12	
	Door Dance XL: Dans jij mee met deze mix van streetdance, breakdance en hiphop?			
	KRAV MAGA	14.00 - 16.00	7 t/m 13 en 13+	
	Door Max Heemskerk: Dit is een Oosterse verdedigingskunst. Leer jezelf te verdedigen.			
	HIGHLAND GAMES	14.00 - 16.00	9 t/m 15	
	Door Atlanta Sport: Diverse leuke spellen waarin we gaan samenwerken en ons uithoudingsvermogen en doorzettingsvermogen gebruiken.			
	ZUMBA	14.00 - 16.00	13+	
	Door Sport Staalt Spieren: Een actieve (dans)workout op Latijns Zuid-Amerikaanse muziek.			
MAANDAG 20 SEPTEMBER BEWEGTUIN HEINKENSZAND	BOOTCAMP	14.00 - 16.00	16+	
	Door Crosscamp: Een leuke sportieve workout in de buitenlucht.			
	HARDLOOP-CLINIC	14.00 - 16.00	18+	
	Door Marianne de Kok: Met oefeningen voor een goede warming up, looptechniek en ontspannen lopen.			
	NORDIC WALKING-CLINIC	14.00 - 16.00	18+	
	Door Mineke de Feijter: Leer wandelen en looptechnieken met Nordic Walking stokken.			
	OUDE-HOLLANDSE SPELEN	13.30 - 14.30	50+	
	Terug in de tijd. We hebben verschillende Oud-Hollandse Spelen zoals kegelen, blik gooien, en kaaswerpen. Koffie en lekkers na afloop gratis. De beweegtuin is tegenover het Grand café van SVRZ De Fonteyne, Hoefbladstraat 1.			
	DINSDAG 21 SEPTEMBER HOEDEKENSKERKE EN OUDELANDE	BEWEGEN NA SCHOOL	14.15 - 15.15	Groep 3 t/m 8
		Lekker bewegen onder leiding van de buurtsportcoaches op het schoolplein.		
WOENSDAG 22 SEPTEMBER ALLE BASISCHOLEN IN DE GEMEENTE BORSELE	KOM IN JE SPORTKLEDING NAAR SCHOOLDAG	14.15 - 15.15	Groep 3 t/m 8	
	Het is inmiddels een traditie geworden; op de woensdag in de Nationale Sportweek organiseert Borsele Beweegt de Kom in je sportkleding naar school-dag! Op deze dag roepen we alle leerlingen én de leerkrachten van de Borsele basisscholen op om in sportkleding naar school te komen. Uiteraard ontvangen wij na afloop graag foto's! De leukste, origineelste foto verdient een sportieve prijs!			
DONDERDAG 23 SEPTEMBER	OUDE-HOLLANDSE SPELEN	10.30 - 11.30	50+	
DE ZWAKE 'S GRAVENPOLDER	Voor de training in de Nationale Sportweek gaan we terug in de tijd. We hebben verschillende Oud Hollandse Spelen zoals kegelen, blik gooien, en kaaswerpen. Na afloop kunt u aanschuiven voor een Oud-Hollandse lunch in het sportcafé De Zwake. Let op! Vooraf aanmelden is noodzakelijk en kan tot 20 september via: borselebeweegt@borsele.nl of u belt naar Marianne de Kok, 0113- 23 83 83. De kosten voor de lunch zijn € 3,50. Betalen kan bij aanvang van de activiteit. De beweegtuin is bij Sporthal de Zwake, Egelantierstraat 8.			
SCHOOL LEWEDORP	BEWEGEN NA SCHOOL	14.15 - 15.15	Groep 3 t/m 8	
	Kinderen van groep 3 t/m 8 in Lewedorp kunnen deze middag lekker bewegen onder leiding van de buurtsportcoaches op het schoolplein.			
DE STENGE HEINKENSZAND	JOGG-STARTBIJeenKOMST	15.00 - 17.00	Alle leeftijden	
	Ook tijdens de Nationale Sportweek besteden we aandacht aan een gezonde leefstijl. Borsele is sinds begin dit jaar JOGG-gemeente. JOGG staat voor gezonde jeugd gezonde toekomst. In Borsele willen we dat kinderen en jongeren op kunnen groeien in een gezonde leefomgeving, waar het maken van gezonde keuzes heel normaal is. Wil je meedenken over hoe wij dit samen vorm kunnen geven, kom dan naar de startbijeenkomst! Meer informatie vind je op: www.borselebeweegt.nl			

ALLE ACTIVITEITEN ZIJN GRATIS

AANMELDEN, MEER INFO OF VRAGEN? WWW.BORSELEBEWEEGT.NL