

Programma voor de Nationale Sportweek

17 september

- Opening Nationale Sportweek op het Gouweplein om 11.30 uur
11.30 uur Openingswoord door wethouder sport
11.33 uur studio Da Danza die voor beweging zorgt.
11.40 uur Presentatie van de sporten die meedoen met de strippenkaart

- 13.00 uur tot 16.00 uur Groot Gymfeest ,TOOS GAAT LOS !! Staringlaan 18,

Als je zin hebt om een keertje te komen Gymmen / Turnen / Springen dan ben je welkom bij onze instuif. Zit je op de Gym of Dans of Twirl, jullie mogen allemaal komen en je broertje/zusje of vriend(innet)je mag ook mee. Ook je klasgenootje mag je meenemen.

We gaan verschillende gym- en turnonderdelen aanleren, we gaan springen op de trampoline, er komt een toestelcircuit met diverse toestellen en natuurlijk wordt ook de tumblingbaan gebruikt.

- **WEEK VAN HET BADMINTON 2016: Invictus doet mee! Jij ook?**

Publicatiedatum: 04/09/2016 - 19:49



week van het badminton

17 | 25 SEPTEMBER 2016

Tijdens de [Week van het badminton](#) (17 september 2016 – 25 september 2016) stelt Invictus haar ledenavonden open voor geïnteresseerden: jong en oud. Kom dus eens meespelen!

19 september

- 10.00 uur Uitreiking door Wethouder Leferink van de Sport Strippenkaart op de Koning Willem Alexanderschool tijdens de gymles in de gymzaal aan de Johannes Postlaan.

20 september

- 13.00 uur tot 15.00 uur Bewegen op muziek van voor bewoners van Ipse de Bruggen door studio Da Danza

21 september

- 13.00 uur tot 15.00 uur Go-demonstratie op het Gouweplein van IJslander. GO! een slim speeltoestel waarmee iedereen in beweging komt. GO! tovert speelplaatsen om in interactieve, elektronische speelparadijsjes waar kinderen, jongeren, volwassenen en senioren spelenderwijs in beweging komen. Daarbij is GO! dermate toegankelijk dat ook mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking hiermee kunnen spelen. Kom het zelf zien en ervaren!



22 september

- vanaf 15.30 uur Zonnig Zuid. Omdat bewegen en goed eten essentieel zijn voor de vitaliteit van ouderen start Palet Welzijn in de Victorwijk met een “Fit aan tafel” project.

Hier kunnen senioren gedurende 10 weken een uurtje bewegen op hun eigen niveau en krijgen zij aansluitend een voedzame, warme maaltijd. De kosten bedragen € 25,- totaal.

. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Palet Welzijn, tel. 0800 935 945 6 Coördinator activiteiten: Maja Postma [Email m.postma@paletwelzijn.nl](mailto:m.postma@paletwelzijn.nl)

- van 17.00 uur tot 19.00 uur Sportcafé bij SC Antilope

- vanaf 19.30 uur Bootcamp op de Staringlaan 17E

23 september • Sportactiviteiten voor basisscholen

24 september

- tussen 13.00 uur en 16.00 uur Walking football bij ASW aan de Sniepweg

Je bent zo jong als je jezelf voelt en je bent nooit te oud om te leren. Dat zijn de basisprincipes van het Walking Football, een nieuwe voetbalvorm voor 60-plussers die op hun oude dag nog lekker actief bezig willen zijn. Kom kijken of doe mee!



- tussen 13.00 uur en 16.00 uur Bubbel voetbal toernooi bij ASW aan de Sniepweg

Bubbel Voetbal (of Bubble Voetbal) is vergelijkbaar met echt voetballen; twee teams die proberen de bal in elkaar's doel te werken. Er is echter 1 klein verschil wat het spel compleet anders maakt! Doordat alle spelers in een NL Bubbel zitten kan je elkaar omver lopen, tegen de keeper van de andere partij op springen of de spits van de tegenstander sandwichen! Hilariteit gegarandeerd! Kom kijken!

