



SPORT EN BEWEGEN

2019-2020

In Schothorst, Zielhorst, Hoogland, Kattenbroek en Nieuwland

Sporten bij jou in de buurt? De buurtsportcoaches van de gemeente Amersfoort maken het mogelijk!

De buurtsportcoaches zijn er voor iedereen die meer wil bewegen, van 2 tot 100 jaar. Dus ook voor iedereen voor wie sporten niet vanzelfsprekend is, zoals kwetsbare volwassenen en jongeren, kinderen met een bewegachterstand of gezinnen met beperkte financiële middelen. Stel jouw sport- en beweegvragen aan de

buurtsportcoach of kom langs bij de gratis beweegspreekuren.

BUURTSPORTCOACHES

Mark Schepp (MSchepp@sro.nl),

T. 033 4225178

Yoeri Bos (YBos@sro.nl),

T. 033 4225185

BEWEEGSPREEKUREN

Elke eerste woensdag van de maand:

14.00 - 15.00 uur,
Kerk de Hoeksteen, Schothorst

15.30 - 16.30 uur,
Informatiewinkel het Pluspunt,
Kattenbroek

ACTIVITEITEN JEUGD					
ACTIVITEIT	DAG	TIJD	LOCATIE	KOSTEN	VOOR WIE?
Sportinstuif	wo	14.30 - 15.30	Gymzaal Reinaartpad	Gratis	Groep 5-6
Weerbaarheidstraining	wo	17.30 - 18.30	Gymzaal Zevenhuizerstraat	€1,00	Meiden 14 t/m 18 jaar
Zaalvoetbal	wo	18.30 - 19.30	Gymzaal Spinetpad	Gratis	14 t/m 21 jaar
Sportinstuif	do	14.15 - 15.15	Gymzaal De Neng	Gratis	Groep 5-8
Streetdance	do	17.00 - 18.00	Gymzaal Spinetpad	€1,50	4 t/m 7 jaar
Streetdance	do	18.00 - 19.00	Gymzaal Spinetpad	€1,50	8 t/m 11 jaar
Dance4Fun Streetdance	do	19.15 - 20.15	Gymzaal Spinetpad	€3,50 of €30 voor 10 lessen	18+ met LVB
Zaalvoetbal	zo	15.00 - 16.00	Sporthal De Bieshaar	€1,00	11 t/m 14 jaar
Zaalvoetbal	zo	16.15 - 17.15	Sporthal De Bieshaar	€1,00	15 t/m 18 jaar
Zaalvoetbal	zo	20.15 - 21.15	Sporthal De Bieshaar	€1,00	18+

ACTIVITEITEN VOLWASSENEN					
ACTIVITEIT	DAG	TIJD	LOCATIE	KOSTEN	VOOR WIE?
Wandelgroep Ontmoeten & bewegen	ma	14.00-15.00	Wijkcentrum het Middelpunt	Gratis	Volwassenen
Move2Socialize Ontmoeten & bewegen	di	15.00 - 16.00	Gymzaal De Neng Per 12 nov.: Gymzaal Spinetpad	€1,00	Volwassenen
Move2Socialize Ontmoeten & bewegen	wo	09.45 - 10.45	Gymzaal De Neng	€1,00	Volwassenen
Move2Socialize Ontmoeten & bewegen	wo	11.00 - 12.00	Gymzaal De Neng	€1,00	Volwassenen
Ladies2Move Ontmoeten & bewegen	wo	11.45 - 12.45	Sporthal Nieuwland	€1,00	Volwassenen (alleen vrouwen - vrouwelijke docent!)

www.buurtsportcoach.nl



Buurtsportcoachamersfoort



sro buurtsportcoach

mede mogelijk gemaakt door:



SPORT EN BEWEGEN

2019 - 2020

In Schothorst, Zielhorst, Hoogland, Kattenbroek en Nieuwland

ACTIVITEITEN SENIOREN					
ACTIVITEIT	DAG	TIJD	LOCATIE	KOSTEN	AANMELDEN
Sociaal Vitaal	ma	09.30 - 11.00	Kerk de Hoeksteen Schothorst	€ 2,00	Buurtsportcoach.nl
Sociaal Vitaal	ma	11.00 - 12.30	Kerk de Hoeksteen Schothorst	€ 2,00	Buurtsportcoach.nl
Fietsen en wandelen	ma	10.00 - 11.00	Wijkcentrum de Neng	Gratis	Paul Korting *
Topfit: Gym 60+	ma	10.45 - 11.30	Kapel van Leo's Oord	€ 2,50	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Internationale dans	ma	09.30 - 11.00	Zaal Coelhorst de Neng	€ 3,85	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Damesgym 60+	ma	13.30 - 14.30	Gymzaal de Neng	€ 3,00	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Gym 60+	ma	14.30 - 15.15	Gymzaal de Neng	€ 3,00	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Sport en spel 50+	ma	15.30 - 16.30	Gymzaal de Neng	€ 4,50	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Damesgym 55+	di	09.30 - 10.15	De Boogkerk Nieuwland	€ 3,60	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Damesgym 55+	di	10.30 - 11.15	De Boogkerk Nieuwland	€ 3,60	Buurtsportcoach.nl
Walking Football 65+	di	10.00 - 11.30	VV Hoogland	NNB	Paul Korting *
Topfit: Gym rondom de stoel	di	11.15 - 12.00	Rapsodi Healthcare, Hof der gedachten 5	€ 3,00	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Pilates 60+	di	10.30 - 11.30	Het Middelpunt Zielhorst	€ 3,00	Buurtsportcoach.nl
Sociaal Vitaal (vanaf 12 nov.)	di	14.00 - 15.30	Gymzaal de Neng	€ 2,00	Buurtsportcoach.nl
Sociaal Vitaal (vanaf 12 nov.)	di	15.30 - 17.00	Gymzaal de Neng	€ 2,00	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Damesgym 65+	wo	09.00 - 10.15	Kerk de Hoeksteen Schothorst	€ 3,60	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Damesgym 60+	wo	10.30 - 11.45	Kerk de Hoeksteen Schothorst	€ 3,60	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Gym 60+	wo	14.00 - 15.00	De Herberg Nieuwland	€ 3,00	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Gym 65+	do	09.00 - 09.45	Het Middelpunt Zielhorst	€ 3,20	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Gym 60+	do	10.00 - 10.45	Het Middelpunt Zielhorst	€ 3,20	Buurtsportcoach.nl
Topfit: Gym rondom de stoel	do	11.15 - 12.00	Het Middelpunt Zielhorst	€ 3,20	Buurtsportcoach.nl
Fietsen en wandelen	vr	10.00 - 11.00	Wijkcentrum de Neng	Gratis	Paul Korting *

*Contactgegevens Paul Korting: pkorting@hetnet.nl

KIES JE SPORT KINDEREN, JONGEREN EN VOLWASSENEN Voor alle leerlingen van 4 t/m 18 jaar is er in Amersfoort Kies je sport: maak kennis met verschillende sporten en verenigingen, zonder dat je direct lid hoeft te worden. Twee keer per jaar wordt op alle basisscholen het Kies je sportboekje uitgedeeld. Kijk voor al het aanbod op schoolsportamersfoort.nl/kiesjesport.

Nieuw: Kies je sport voor volwassenen! Kijk voor het aanbod en inschrijven op buurtsportcoach.nl/volwassenen

AANGEPASTE SPORT Moeite bij het vinden van een passende sportvereniging, omdat je motorisch niet zo vaardig bent, moeilijk ziet of hoort, een lichamelijke of verstandelijke handicap hebt of bijvoorbeeld veel structuur nodig hebt? De buurtsportcoach helpt! In Amersfoort zijn er veel sportgroepjes waar extra aandacht is. Kijk voor al het aangepaste sportaanbod op unieksporten.nl of neem contact op met de buurtsportcoach aangepast sporten: Sjamana Wijsmuller, aangepastporten@sro.nl