

NATIONALE SPORTWEEK

WESTERWOLDE

16 T/M 22
SEPTEMBER

ZATERDAG

16 september

Warming-up Nationale Sportweek:
Sportmarkt Blijham

ZONDAG

17 september

Aftrap Nationale Sportweek:
Mudgrunn Ter Apel 2023

MAANDAG

18 september

Dag 1: Westerwoldse Wandel 3 Daagse Bellingwolde
Dag 1: Westerwoldse Fiets 3 Daagse Bellingwolde
Springkussenfestijn Bellingwolde

DINSDAG

19 september

Sportdag begeleidend wonen
Sportcafe met Hans Nijland

WOENSDAG

20 september

Dag 2: Westerwoldse Wandel 3 Daagse Vlagtwedde
Dag 2: Westerwoldse Fiets 3 Daagse Vlagtwedde
Springkussenfestijn Vlagtwedde

DONDERDAG

21 september

Clinic trimbaan Vlagtwedde
Clinic trimbaan Vlagtwedde voor Trainers & Coaches

VRIJDAG

22 september

Dag 3: Finale Westerwoldse wandel 3 Daagse Ter Apel
Dag 3: Finale Westerwoldse Fiets 3 Daagse Ter Apel
Springkussenfestijn Ter Apel
Reuze apenkooi 12+ Ter Apel

Tijdens de Nationale Sportweek openen veel sportverenigingen en aanbieders in Westerwolde haar deuren. Z.O.Z. voor aanbod bij u in de buurt.

NATIONALE SPORTWEEK

WESTERWOLDE

Activiteiten Westerwolde Noord (Bellingwolde, Blijham, Wedde, Vriescheloo, Veelerveen)

Naam vereniging	Doelgroep	Dag + tijd	Activiteit	Contact
Sportschool de Wenakker	Vanaf 16 jaar	Maandag 19:00-20:00 uur	Body Balance	Esther Nomden 06- 20 20 05 09
Sportschool de Wenakker	Vanaf 16 jaar	Maandag, dinsdag en donderdag 19:00-20:00uur	Full Body Workout	Esther Nomden 06- 20 20 05 09
Sportschool de Wenakker	Vanaf 16 jaar	Donderdag 19:00 20:00 ur	Old School Boxen	Esther Nomden 06- 20 20 05 09
SVI Bellingwolde	Senioren	Dinsdag 19:45 uur	GALM Senioren Sport en Spel	Kaety Tack 06 13 24 44 60
SVI Bellingwolde	Senioren	Dinsdag 21:00 uur	Stuitbal (een spel voor sportieve 50+ers)	Kaety Tack 06 13 24 44 60
SVI Bellingwolde	Alle leeftijden	Dinsdag (voor exacte tijden neem contact op)	Gym Van groep 3 tot aan 20+	Marinda Dekker 06- 10 13 21 55
SVW Wedde	Senioren	Woensdag 13:30 uur & 20:00 uur	GALM Senioren sport en spel	Kaety Tack 06 13 24 44 60
SVW Wedde	Vanaf 20 jaar	Woensdag 19:00 uur	Multifit Sport en Spel voor dames	Kaety Tack 06 13 24 44 60
GVVeelerveen	Senioren	Maandag 10:00 uur	Spiëren losmaken en contact met medegymnasten	Anna Rubingh anna.rubingh.schutte @gmail.com
VC Blijham	Kinderen 10 t/m 17 jaar	Maandag 18:30-20:00 uur	Volleybal	Bas Hartog 06- 30 79 29 12
VC Blijham	Volwassenen (18+)	Maandag 20:00-21:30 uur	Volleybal	Bas Hartog 06- 30 79 29 12
Toer '80 Bellingwolde	Volwassenen (18+)	Zondag 10:00-12:00 uur	Mountainbike-clinic Eigen fiets+ helm mee nemen	secretaris@tour80.nl
BuurtFysio Wedde	Volwassenen (18+)	Dinsdag & vrijdag 19:00 uur	Yoga (zowel Hatha als Yin)	Opgave verplicht via: doreth@buurtfysio.com
BuurtFysio Wedde	Volwassenen (18+)	Dinsdag & vrijdag 20:00 uur	Pilates	Opgave verplicht via: doreth@buurtfysio.com
Zwemschool Henny de Groot Wedde	50+	Maandag & vrijdag (voor tijden neem contact op met Henny)	Fifty Fit	Henny de Groot 06-51 70 05 18
Zwemschool Henny de Groot Wedde	Leeftijd n.v.t.	Maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag (voor tijden neem contact op met Henny)	Aquajoggen	Henny de Groot 06-51 70 05 18
TV Wedde	Volwassenen (18+)	Maandag, dinsdag & woensdag (Voor tijden neem contact op met vereniging)	Tennis	Ida van Dort 06- 10 69 45 88
SVB Blijham	Van 2,5 tot 100 jaar	Maandag t/m vrijdag (Exacte tijden via website)	Breed aanbod voor alle leeftijden	Jose Klooster www.svblijham.nl
Odiva Tennis Blijham	Kinderen tot 12 jaar	Zaterdag 14:00-17:00 uur	Tennis	Bas Hartog 06- 30 79 29 12
Jeu De Boules DOS	Leeftijd n.v.t.	Dinsdag 14:00-17:00 uur uur	Open dag Jeu De Boules	Flip Nomden 06 29 45 49 70

Voor meer informatie kijk op de website
www.westerwoldebeweegt.nl

NATIONALE SPORTWEEK

WESTERWOLDE

Activiteiten Westerwolde Midden (Vlagtwedde, Sellingen, Harpel Jipsingbourtange)

Naam vereniging	Doelgroep	Dag + tijd	Activiteit	Contact
Zwembad de Barlage	50+	Maandag & donderdag 09:00- 09:45 uur	Fifty Fit/ Therapiezwemmen	Zwembad de Barlage 06- 54 28 33 52
Zwembad de Barlage	Volwassenen (18+)	Dinsdag & vrijdag 09:00-09:45 uur	Aqua joggen	Zwembad de Barlage 06- 54 28 33 52
Zwembad de Barlage	Volwassenen (18+)	Woensdag 19:45-20:30 uur	Aqua joggen	Zwembad de Barlage 06- 54 28 33 52
Hengevereniging Westerwolde	Leden HSV Westerwolde	Vanaf 4 sep 10 maandagochtenden 7:30 uur vertrek Rendering	Maandagcompetitie vissen	www.hsvwesterwolde.nl
VSV Vlagtwedde	Jeugd	Maandag (Voor tijden kijk op de website gymvsv.nl)	Gym van peuters tot basisscholieren	info@gymvsv.nl www.gymvsv.nl
VSV Vlagtwedde	Volwassenen	Maandag & dinsdag 19:30-20:30 uur	Maandag: combinatieles Dinsdag: damesgym	info@gymvsv.nl www.gymvsv.nl
Tennisclub Sellingen	Leeftijd n.v.t.	Zaterdag Vanaf 13:30 uur	Openstelling baan	Flip Heuving f.heuving@gmail.com
Tennisclub Sellingen	Leeftijd n.v.t.	Vrijdag Vanaf 18:30 uur	Openstelling baan	Flip Heuving f.heuving@gmail.com
LR & PC Woudruiters	Leeftijd n.v.t.	Zaterdag 16 sep (tijden via facebook)	Onderlinge wedstrijd springen	Liesbeth Slootweg 06- 27 37 14 05
LR & PC Woudruiters	Leeftijd n.v.t.	Zaterdag 23 sep (tijden via facebook)	Voltige wedstrijd	Liesbeth Slootweg 06- 27 37 14 05
V.V. Sellingen	Leeftijd n.v.t.	Maandag t/m vrijdag (Exacte tijden via website)	Open trainingen	www.vvsellingen.nl

Activiteiten Westerwolde Zuid (Ter Apel, Ter Apelkanaal)

Naam vereniging	Doelgroep	Dag + tijd	Activiteit	Contact
Stoelyoga Ter Apel	Volwassenen (18+)	Vrijdag 11:00-12:00 uur	Stoelyoga	Shahnaz Stuurman 06- 33 08 46 87
Chita Atletiek Ter Apel	Kinderen	Dinsdag 16:00-17:00 uur	Atletiek	David Bakker 0599- 65 74 56
Pegasus Volleybal	Jeugd 7 t/m 13 jaar	Maandag 17:30-19:00 uur	Volleybal	Niek Hofkamp 06- 25 36 77 14
Pegasus Volleybal	Jeugd 13 t/m 16 & 16 t/m 18 jaar	Dinsdag 18:30-20:00 uur	Volleybal	Niek Hofkamp 06- 25 36 77 14
Pegasus Volleybal	Jeugd 12 t/m 15 jaar	Donderdag 17:30-18:30 uur	Volleybal	Niek Hofkamp 06- 25 36 77 14
Pegasus Volleybal	Jeugd 16 t/m 18 jaar	Donderdag 18:30-20:00 uur	Volleybal	Niek Hofkamp 06- 25 36 77 14
PV de Kloosterruiters	Kinderen met eigen pony/paard	Dinsdag 18:00-20:30 u	Paardrijden	Rachelle Buining 06- 40 36 81 64
Ter Apeler Tennis Club	Jeugd	Dinsdag 15:00-16:00 uur	Tennis	Nick Mulder 06- 55 06 97 62
Ter Apeler Tennis Club	Volwassenen (18+)	Dinsdag 16:00-17:00 uur	Tennis	Nick Mulder 06- 55 06 97 62
Acedamie Knaap	Jeugd en volwassenen	Maandag t/m vrijdag 19:00 uur	Kickboxen	Receptie 0599- 63 70 54
Acedamie Knaap	Jeugd en volwassenen	Dinsdag en vrijdag 09:30 uur	Kickboxen	Receptie 0599- 63 70 54
Karate Do Shotokan	Junioren	Maandag 18:00-19:00 uur	Karate	Dhr. R. Heijne info@karatedo-shotokan.nl
Karate Do Shotokan	Senioren	Maandag 19:00-20:30 uur	Karate	Dhr. R. Heijne info@karatedo-shotokan.nl
BC-Pegasus	Vanaf 18 jaar	Donderdag 20:00-22:00 uur	Badminton	Hein Voss 06- 46 35 17 63

NATIONALE SPORTWEEK

WESTERWOLDE

Extra info activiteiten:

Sportcafé met Hans Nijland

Tijdens deze avond staat de sportvereniging centraal. De betrokkenheid van de leden wordt steeds minder en veroorzaken problemen. Er zijn deze avond verschillende gastsprekers die hier wat over vertellen, o.a. Hans Nijland!



Wandel3daagse

Tijdens de Nationale Sportweek wordt er een Wandel 3 daagse georganiseerd. In groepsverband kunt u één twee of alle drie de dagen wandelen door het prachtige Westewolde.

Meer informatie, kosten en aanmelden via www.westerwoldebeweegt.nl

Fiets3daagse

Fietsliefhebbers opgelet! Tijdens de Nationale Sportweek wordt er een Fiets 3 daagse georganiseerd. U kunt één twee of drie dagen fietsen. Fiets in groepsverband door het prachtige landschap van Westewolde.

Meer informatie, kosten en aanmelden via www.westerwoldebeweegt.nl



Clinic Trimbaan Vlagtwedde

Deze avond staat in teken om kennis te maken met de Trimbaan in Vlagtwedde. Voor jouzelf als sporter en voor trainer-coaches in de buurt. De bewegcoach zal deze clinic begeleiden.

Meer informatie, en aanmelden via www.westerwoldebeweegt.nl

Extra evenementen

Naast de activiteiten van Westewolde Beweegt worden er ook andere activiteiten georganiseerd in de Nationale Sportweek! Zo is er in Blijham de Sportmarkt en in Ter Apel de MudGrunn.



Voor meer informatie kijk op de website
www.westerwoldebeweegt.nl