



# AGENDA

Het is Nationale Sportweek! Dit is de kalender waarop je kunt zien wat er allemaal georganiseerd wordt in Stichtse Vecht. Alle lessen zijn gratis toegankelijk tenzij, anders is aangegeven.

## MAANDAG 17 SEPTEMBER OPENING NATIONALE SPORTWEEK

8:30 uur  
Opening nationale sportweek op het schoolplein. Met "de dromendans".  
**ZWEMMEN, VOLWASSENEN MET PIJNKLACHTEN**  
12:00 – 12:45 & 12:45 – 13:30  
Zwembad Safari  
Opgeven via m.borlee@welzijnsv.nl  
Therapeutisch zwemmen onder begeleiding van een fysiotherapeut. Het uur is voor mensen met lichamelijke klachten waarbij water een helpende factor kan zijn. We doen oefeningen die "op het droge" veel meer energie kosten. Door het warme water ontspant het lichaam en wordt het lichaam gedragen, hierdoor zijn oefeningen minder zwaar. We zijn gericht op mensen van alle leeftijden met reumatische klachten, artroseklachten, osteoporose en/of chronische pijnklachten.  
**COUNTRY LINE, SENIOREN 55 +**  
13:30 – 14:30 uur  
Hoorndhofzaal, Maarssenbroek  
Opgeven via m.borlee@welzijnsv.nl  
**BMX CLINIC. GROEP 5 T/M 8**  
15:15- 17:15 uur  
Locatie: Schoolplein samenwoonschool Nigtevecht.  
**BOOTCAMP GROEP 3 T/M 8**  
16:00 – 17:00 uur  
Basisschool de Regenboog  
**PILOXING VOLWASSENEN**  
19.00 - 20:00 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**ZUMBA VOLWASSENEN**  
20.00 - 21:00 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**VOLLEYBAL VERENIGING MAARSSSEN (SENIOREN)**  
20.00 tot 21.30 uur  
nieuwe recreanten (senioren) welkom voor gratis proeflessen, ook voor competitieleden. Sporthal Safari in Bisonspoor Maarssen. Indien mogelijk vooraf aanmelden via recreanten@voc-maarssen.nl

## DINSDAG 18 SEPTEMBER

**GYM, SENIOREN (55+)**  
10:30 -11:30  
't Trefpunt, Breukelen  
Opgeven via m.borlee@welzijnsv.nl  
**JUMP, JUMP, JUMP GROEP 1 T/M 4**  
15:30 – 16:15 uur  
Gymzaal Dorpshuis, Nigtevecht  
**JUMP, JUMP, JUMP GROEP 5 T/M 8**  
16:15 – 17:00 uur  
Gymzaal Dorpshuis, Nigtevecht  
**SHOWDANCE 8-10 JAAR**  
16.30 - 17:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**VOLLEYBAL VER. MAARSSSEN (6 TOT 12 JAAR)**  
17.30 - 18.30 uur  
Sporthal Safari in Bisonspoor Maarssen. Indien mogelijk vooraf aanmelden via jc@voc-maarssen.nl  
**DANCEHALL/STREET 11-13 JAAR**  
18.30 - 19:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**VOLLEYBAL VER. MAARSSSEN (12 TOT 18 JAAR)**  
18.30 - 20.00 uur  
Sporthal Safari in Bisonspoor Maarssen. Indien mogelijk vooraf aanmelden via jc@voc-maarssen.nl  
**ZUMBA VOLWASSENEN**  
19.30 - 20:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**ZUMBA (VOLWASSENEN)**  
19:30 - 20:30 uur  
Muziekschool, Schepersweg 6b, Breukelen  
**VOLLEYBAL (18+)**  
20:00 uur - 21:30 uur  
Gymzaal 't Kikkerfort in Breukelen.  
Opgeven graag, via secretaris@vv-brooklyn.nl

## WOENSDAG 19 SEPTEMBER SPORT EN SPEL SPRINGKUSSENMIDDAG.

**GROEP 1 T/M 8**  
13:00 – 15:00 uur  
Voetbalvereniging DOB, Nigtevecht  
Vreelandseweg 22, 1393 PG Nigtevecht  
**TAI CHI, VOLWASSENEN**  
13:00 – 14:00 & 14:15 – 15:15  
De Vondel, Maarssen  
Opgeven via m.borlee@welzijnsv.nl  
**BOOTCAMPFESTIJN (6+)**  
13:30 – 14:45 uur  
Plein Zilvermaan Fazantenkamp of sporthal Fazantenkamp, Maarssen  
**SURVIVALTRAINING GROEP 5 T/M 8**  
13:30 – 14:00 uur  
Zwembad 't Kikkerfort, Breukelen. Kosten: € 2,50  
N.B. Vrij zwemmen na training alleen toegankelijk bij deelname Survivaltraining  
**CAPOEIRA TRAINING 5-12 JAAR**  
14:00 - 15:00 uur  
Gymzaal de Klaroen, M.A. De Ruyterstraat 2, 3601 TJ Maarssen. Opgeven via info@planetacapoera.nl / 06-40723125.  
**KIDSDANCE 2-4 JAAR**  
14.00 - 14:45 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**MIXED DANCE 8-10JAAR**  
14.45 - 15:45 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**CHEER/SHOWDANCE 5-7 JAAR**  
15:45 - 16:45  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**TRIMZWEMMEN ZWEMVER. BZ&PC DE MEENT**  
19:00 - 20:00 uur  
Zwembad 't Kikkerfort Breukelen.  
Opgeven via theat@kabelfoon.nl of 0294-231057  
**TRIMHOCKEY (VOLWASSENEN)**  
20:00 uur  
Inlooptrainingen voor volwassenen.  
Rijksstraatweg 182, Loenen a/d Vecht.  
Opgeven via voorzitter@loenensemhc.nl  
**ZUMBA VOLWASSENEN**  
19.30 - 20:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl

## DONDERDAG 20 SEPTEMBER

**APENZOOI GROEP 3-5**  
15:15—16:00 uur  
Gymzaal aan de Keizer Ottolaan, Loenen aan de Vecht. €3,- per kind m.u.v. U-PAS. Minimum aantal plaatsen: 10. Maximum aantal plaatsen: 25.  
1 week van tevoren opgeven via: sporten-in-loenen@hotmail.com  
**DANS WORKSHOP GROEP 1 T/M 4**  
15:30 – 16:30 uur  
Gymzaal dorps huis Nigtevecht  
**APENZOOI GROEP 6-8**  
16:15—17:00  
Gymzaal aan de Keizer Ottolaan, Loenen aan de Vecht. €3,- per kind m.u.v. U-PAS. Minimum aantal plaatsen: 10. Maximum aantal plaatsen: 25.  
1 week van tevoren opgeven via: sporten-in-loenen@hotmail.com  
**TWIRLVERENIGING THE PINK PANTHERS (5+)**  
19.00 - 19.45 uur  
Proefles / vriendjes en vriendinnetjes avond.  
Sporthal Fazantenkamp. Eerste 2 lessen gratis.  
**STRONG (VOLWASSENEN M/V)**  
19:30-20:30 uur  
Dit is de HIT waarbij gebruik wordt gemaakt van het eigen lichaamsgewicht. Meenemen: matje  
Muziekschool, Schepersweg 6b, Breukelen  
**MIXED DANCE VOLWASSENEN**  
19.30 - 20:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl

## VRIJDAG 21 SEPTEMBER SHOW/STREET/CHEERDANCE 6-8 JAAR

16:30 -17:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl

## ZONDAG 23 SEPTEMBER

**FREE-RUN WORKSHOP ONDER BEGELEIDING VAN INFINITY FREE-RUN (10+)**  
15:00 – 16:30 uur  
Sporthal Fazantenkamp, Maarssenbroek.  
Aanmelden in het jongeren centrum Secondbase of via ht@jeugd-punt.nl. Sportkleding en -schoenen verplicht.

## MAANDAG 24 SEPTEMBER

**ZWEMMEN, VOLWASSENEN MET PIJNKLACHTEN**  
12:00 – 12:45 & 12:45 – 13:30  
Zwembad Safari  
Opgeven via m.borlee@welzijnsv.nl  
Therapeutisch zwemmen onder begeleiding van een fysiotherapeut. Het uur is voor mensen met lichamelijke klachten waarbij water een helpende factor kan zijn. We doen oefeningen die "op het droge" veel meer energie kosten. Door het warme water ontspant het lichaam en wordt het lichaam gedragen, hierdoor zijn oefeningen minder zwaar. Voor mensen van alle leeftijden met reumatische klachten, artroseklachten, osteoporose en/of chronische pijnklachten.  
**COUNTRY LINE, SENIOREN 55 +**  
13:30 – 14:30 uur  
Hoorndhofzaal, Maarssenbroek  
Opgeven via m.borlee@welzijnsv.nl  
**VOLLEYBAL VERENIGING MAARSSSEN (SENIOREN)**  
20.00 tot 21.30 uur  
nieuwe recreanten (senioren) welkom voor gratis proeflessen, ook voor competitieleden. Sporthal Safari in Bisonspoor Maarssen. Indien mogelijk vooraf aanmelden via recreanten@voc-maarssen.nl  
**PILOXING VOLWASSENEN**  
19.00 - 20:00 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**ZUMBA VOLWASSENEN**  
20.00 - 21:00 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl

## DINSDAG 25 SEPTEMBER

**GYM, SENIOREN (55+)**  
10:30 -11:30  
't Trefpunt, Breukelen  
Opgeven via m.borlee@welzijnsv.nl  
**VOLLEYBAL VER. MAARSSSEN (12 TOT 18 JAAR)**  
18.30 - 20.00 uur  
Sporthal Safari in Bisonspoor Maarssen. Indien mogelijk vooraf aanmelden via jc@voc-maarssen.nl  
**VOLLEYBAL VER. MAARSSSEN (6 TOT 12 JAAR)**  
17.30 - 18.30 uur  
Sporthal Safari in Bisonspoor Maarssen. Indien mogelijk vooraf aanmelden via jc@voc-maarssen.nl  
**ZUMBA (VOLWASSENEN)**  
19:30-20:30 uur  
Muziekschool, Schepersweg 6b, Breukelen  
**SHOWDANCE 8-10 JAAR**  
16.30 - 17:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**DANCEHALL/STREET 11-13 JAAR**  
18.30 - 19:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**ZUMBA VOLWASSENEN**  
19.30 - 20:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**VOLLEYBAL (18+)**  
20:00 uur  
Sportzaal van 't Kikkerfort in Breukelen.  
Opgeven graag, via secretaris@vv-brooklyn.nl

## WOENSDAG 26 SEPTEMBER

**10@10 CHALLENGE MET RICO VERHOEVEN**  
10:00 uur  
Digitale workout in de klas. Opgeven via: bscnigtevecht@kinderopvangkidswereld.nl  
**TENNISCLINIC GROEP 3 & 4**  
12:15 - 14:15 uur  
Aanmelden uiterlijk 21 september Ovv. naam en groep. Via: klaroenmaarssen@ eigen-enwijzer.nl  
Locatie: De Klaroen (schoolplein)  
Tennismaterialen zijn aanwezig, Inclusief gezonde lunch. Meenemen: Sportkleding en sportschoenen  
**TAI CHI, VOLWASSENEN**  
13:00 – 14:00 & 14:15 – 15:15  
De Vondel  
Opgeven via m.borlee@welzijnsv.nl  
**KIDSDANCE 2-4 JAAR**  
14.00 - 14:45 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**CAPOEIRA TRAINING 5-12 JAAR**  
14:00 - 15:00 uur  
Gymzaal de Klaroen, M.A. De Ruyterstraat 2, 3601 TJ Maarssen. Opgeven via info@planetacapoera.nl / 06-40723125.  
**MIXED DANCE 8-10JAAR**  
14.45 - 15:45 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**CHEER/SHOWDANCE 5-7 JAAR**  
15:45 - 16:45 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**TRIMZWEMMEN ZWEMVER. BZ&PC DE MEENT**  
19:00 - 20:00 uur  
Zwembad 't Kikkerfort Breukelen. Opgeven via theat@kabelfoon.nl of 0294-231057  
**ZUMBA VOLWASSENEN**  
19.30 - 20:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl  
**TRIMHOCKEY (VOLWASSENEN)**  
20:00 uur  
Inlooptrainingen voor volwassenen.  
Rijksstraatweg 182, Loenen a/d Vecht. Opgeven via voorzitter@loenensemhc.nl

## DONDERDAG 27 SEPTEMBER STRONG (VOLWASSENEN, M/V)

19:30-20:30 uur  
Dit is een HIIT waarbij gebruik wordt gemaakt van het eigen lichaamsgewicht. Tevens zeer geschikt voor mannen. Meenemen: matje  
Muziekschool, Schepersweg 6b, Breukelen  
**MIXED DANCE VOLWASSENEN**  
19.30 - 20:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl

## VRIJDAG 28 SEPTEMBER TENNISCLINIC GROEP 1 & 2

12:00 - 14:00 uur  
Aanmelden uiterlijk 21 september Ovv. naam en groep. Via: klaroenmaarssen@ eigen-enwijzer.nl  
Locatie: De Klaroen (schoolplein)  
Tennismaterialen zijn aanwezig, Inclusief gezonde lunch. Meenemen: Sportkleding en sportschoenen  
**TENNISCLINIC GROEP 5 T/M 8**  
15:15 - 16:45 uur  
Aanmelden uiterlijk 21 september Ovv. naam en groep. Via: klaroenmaarssen@ eigen-enwijzer.nl  
Locatie: De Klaroen (schoolplein)  
Tennismaterialen zijn aanwezig, Inclusief gezonde lunch. Meenemen: Sportkleding en sportschoenen  
**SHOW/STREET/CHEERDANCE 6-8 JAAR**  
16:30 -17:30 uur  
X-clusivedance, De Kameleon Duivenkamp 550, Maarssen. Opgeven verplicht: info@x-clusivedance.nl