

# Gratis proeflessen Nationale Sportweek

DOELGROEP	TIJD	ACTIVITEIT	ORGANISATIE	LOCATIE	AANMELDEN VIA ...
<b>ZONDAG 17 SEPTEMBER</b>					
16+	11.00-12.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
<b>MAANDAG 18 SEPTEMBER</b>					
Vanaf 3 jaar	In overleg	Recreatiegym	Gymvereniging Olympia	Zworrelstraat 77, Herwijnen	gv-olympia@live.nl
vanaf 5 jaar	18.15-19.15	Hapkido	NDL Hapkido bond	Blankenburgsestraat 3, Ophemert	martin@hapkidobond.nl
10-12+	In overleg	Gym	Gymvereniging Wilskracht	Burcht van Haeften, Vredeplein 1, Haafden	wilskracht@live.nl
16+	In overleg	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
16+	20.00-21.00	Bootcamp	Fitlokaal	Tielerweg 9, Geldermalsen	info@fit-lokaal.nl
Senioren	In overleg	Volleybal	WHV Asperen	Leerdamseweg 39, Asperen	secretaris@wijhoudenvol.nl
<b>DINSDAG 19 SEPTEMBER</b>					
Alle leeftijden	18.30-19.15	Fietscross	FCV Geldermalsen	Meersteeg 4f, Geldermalsen	fcvgeldermalsen@gmail.com
2-5 jaar	16.30-17.15	Peuter/kleutergym	Gymnastiek Vereniging WHV	Leerdamseweg 39, Asperen	info@whv-asperen.nl
4+	15.00-15.45	Dans	Dansstudio 24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
4-7 jaar	17.00-17.45	Karate	BVL Fighting	Laan van Leeuwenstein 2, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
6-9 & 9-12 jaar	In overleg	Recreatiegym	Gymnastiek Vereniging WHV	Leerdamseweg 39, Asperen	info@whv-asperen.nl
7+ & 10+	In overleg	Dancemix	J'Dance – Dance & Entertainment	Leyenburgplein 2A, Heukelum	info@jdance-de.nl
8 t/m 14 jaar	18.30-19.30	Zelfverdediging & Kickboksen	FreeFightClub Beesd	Homburg 20a, Beesd	vissenbergje@gmail.com
8+	15.45-16.45	Ballet	Dansstudio 24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
8-10 jaar, 11-14 jaar, 15+	In overleg	Karate	BVL Fighting	Laan van Leeuwenstein 2, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
Vanaf 14 jaar	20.00-21.30	Recreatie badminton	BC Wammes	Leerdamseweg 39, Asperen	infobcwammes@gmail.com
16+	20.00-21.00	Bootcamp	Fitlokaal	Tielerweg 9, Geldermalsen	info@fit-lokaal.nl
16+	20.00-21.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
Volwassenen (14+)	19.45-21.00	Zelfverdediging & Kickboksen	FreeFightClub Beesd	Homburg 20a, Beesd	vissenbergje@gmail.com
Volwassenen	09.00-10.00	Steps	Gymvereniging Olympia	Zworrelstraat 77, Herwijnen	gv-olympia@live.nl
Volwassenen	19.30-20.30	Streetdance/Zumba	Gymvereniging Olympia	Zworrelstraat 77, Herwijnen	gv-olympia@live.nl
55+	13.00-14.00	Senioren fitness	Fitnessclub De Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	fitnessclubnederland.nl/clubs/deschildkamp/
<b>WOENSDAG 20 SEPTEMBER</b>					
3 t/m 6 jaar	15.30-16.30	Gym	Gymvereniging Wilskracht	Burcht van Haeften, Vredeplein 1, Haafden	wilskracht@live.nl
3-5, 6-10 en 10-12 jaar	In overleg	Volleybal	WHV Asperen	Leerdamseweg 39, Asperen	secretaris@wijhoudenvol.nl
3,5-6 jaar	15.30-16.15	Kids Dance	J'Dance – Dance & Entertainment	Achterweg 35, Herwijnen	info@jdance-de.nl
vanaf 5 jaar	16.30-17.30	Hapkido	NDL Hapkido bond	Walgtsestraat 5, Varik	martin@hapkidobond.nl
7-9, 10-13 jaar	In overleg	Urban Streetdance Kids/Teens	J'Dance – Dance & Entertainment	Achterweg 35, Herwijnen	info@jdance-de.nl
7-12 jaar	17.00-18.00	Aikido	Fitnessclub De Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
8+	14.45-15.45	HipHop	Dansstudio 24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
8-13 jaar	17.45-18.45	Karate	BVL Fighting	Laan van Leeuwenstein 2, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
10+	17.00-18.00	HipHop	Dansstudio 24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
12 t/m 16 jaar (meisjes)	18.00-19.30	Volleybal	WHV Asperen	Leerdamseweg 39, Asperen	secretaris@wijhoudenvol.nl
14 t/m 16 jaar (jongens)	18.00-19.30	Volleybal	WHV Asperen	Leerdamseweg 39, Asperen	secretaris@wijhoudenvol.nl
15+	19.30-20.45	Nature Qigong	'Ko-Chi Qigong en Coaching'	Geldermalsen	kochi.qigong@gmail.com
15+	20.00-21.00	Tennis	TV Ophemert	Sportpark Ophemert, Kapelstraat	secr@tvophemert.nl
16+	In overleg	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
18+	19.45-20.45	Urban Streetdance Teens	J'Dance – Dance & Entertainment	Leerdamseweg 1, Asperen	info@jdance-de.nl
30+	18.45-19.45	Dance4Fun	J'Dance – Dance & Entertainment	Leerdamseweg 1, Asperen	info@jdance-de.nl
Senioren	In overleg	Volleybal	WHV Asperen	Leerdamseweg 39, Asperen	secretaris@wijhoudenvol.nl
<b>DONDERDAG 21 SEPTEMBER</b>					
0-4 jaar	09.00-10.00	Beweegtuurtje	Peuters in beweging	Blankenburgsestraat 3, Ophemert	peutersinbeweging@ziggo.nl
2 t/m 5 jaar	In overleg	Peuter/kleutergym	Gymvereniging Marjool	Duyfhuizenstraat 2, Deil	marjoolgym@gmail.com
3,5-6 jaar	16.15-17.00	Kids Dance	J'Dance – Dance & Entertainment	Leerdamseweg 1, Asperen	info@jdance-de.nl
Groep 3 t/m 12 +	In overleg	Recreatiegym	Gymvereniging Marjool	Duyfhuizenstraat 2, Deil	marjoolgym@gmail.com
7-9, 10-14 jaar	In overleg	Urban Streetdance Kids/Teens	J'Dance – Dance & Entertainment	Leerdamseweg 1, Asperen	info@jdance-de.nl
Vanaf 14 jaar	20.00-21.00	Badminton training	BC Wammes	Leerdamseweg 39, Asperen	infobcwammes@gmail.com
15+	19.00-20.00	Dancemix	J'Dance – Dance & Entertainment	Leerdamseweg 1, Asperen	info@jdance-de.nl
16+	20.00-21.00	Bootcamp	Fitlokaal	Tielerweg 9, Geldermalsen	info@fit-lokaal.nl
16+	In overleg	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
Volwassenen (14+)	19.30-20.45	Kickboksen	FreeFightClub Beesd	Homburg 20a, Beesd	vissenbergje@gmail.com
Alle leeftijden	18.30-19.15	Fietscross	FCV Geldermalsen	Meersteeg 4f, Geldermalsen	fcvgeldermalsen@gmail.com
<b>VRIJDAG 22 SEPTEMBER</b>					
0-4 jaar	09.00-10.00	Beweegtuurtje	Peuters in beweging	Blankenburgsestraat 3, Ophemert	peutersinbeweging@ziggo.nl
1-3 jaar (ouder-kind)	10.30-11.15	Dans	Dansstudio 24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
3 t/m 6 jaar	14.45-15.30	Kids Dance	J'Dance – Dance & Entertainment	Achterweg 35, Herwijnen	info@jdance-de.nl
4 t/m 16 +	In overleg	Karate	BVL Fighting	Laan van Leeuwenstein 2, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
6+	17.00-17.45	Ballet	Dansstudio 24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
7 t/m 15 jaar	In overleg	Urban Streetdance Kids/Teens	J'Dance – Dance & Entertainment	Achterweg 35, Herwijnen	info@jdance-de.nl
7 t/m 16 jaar	In overleg	Aikido	Fitnessclub De Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
16+	16.00-17.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
55+	13.00-14.00	Senioren fitness	Fitnessclub De Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	fitnessclubnederland.nl/clubs/deschildkamp/
<b>ZATERDAG 23 SEPTEMBER</b>					
3+	09.15-11.45	Streetdance	Gymvereniging Olympia	Zworrelstraat 77, Herwijnen	gv-olympia@live.nl
6 t/m 9 jaar	In overleg	Gym	Gymvereniging Wilskracht	Burcht van Haeften, Vredeplein 1, Haafden	wilskracht@live.nl
16+	11.00-12.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
<b>15 T/M 23 SEPTEMBER</b>					
Vanaf 4 jaar	In overleg	Volleybal	Volleybalvereniging WHV	Leerdamseweg 39, Asperen	secretaris@wijhoudenvol.nl
Vanaf 4 jaar (tot <85kg)	In overleg	Paardrijden	Manege Harten Hoeve	Hooiweg 5, Deil	administratie@hartenhoeve.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	VV Ophemert	Kapelstraat 21, Ophemert	info@vvophemert.nl
Jeugd - alle leeftijden	Zie website	Dans	Dansstudio 24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
16+	10.00-11.00	Boxercise	Fitlokaal	Tielerweg 9, Geldermalsen	info@fit-lokaal.nl
17+	In overleg	Fitness	Fitnessclub De Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	fitnessclubnederland.nl/clubs/deschildkamp/
17+	In overleg	Groepslessen	Fitnessclub De Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	fitnessclubnederland.nl/clubs/deschildkamp/

## Te weinig geld om echt lid te worden van een sportclub of vereniging?

Wil je kind (0-17 jaar) graag op voetbal, dansles, kickboksen, turnen, badminton of judo, maar is er thuis te weinig geld?

Het jeugdfonds Sport & Cultuur helpt! Zij betalen voor kinderen en jongeren de contributie of het lesgeld en eventueel de spullen zoals sportkleding of dansschoenen.

De aanvraag voor een bijdrage wordt gedaan door een intermediair. Dit loopt via het hulppunt.

Aanmelden kan via 06 183 432 39 of [hulpunt@welzijnwestbetuwe.nl](mailto:hulpunt@welzijnwestbetuwe.nl).

