

Gratis proeflessen Nationale Sportweek

20 t/m 29 september 2024

Ga lekker
bewegen!



DOELGROEP	TIJD	ACTIVITEIT	ORGANISATIE	LOCATIE	AANMELDEN VIA...
ZATERDAG 21 SEPTEMBER					
3 t/m 5 jaar	17.00-18.00	Gym	Sportvereniging Beesd	Jeugdlaan 2, Beesd	activiteiten@svb-beesd.nl
14+	09.00-13.00	Fitness	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
16+	10.00-12.00	Kickboksen	Fitnessclub de Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
16+	11.00-12.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
16+	09.00-10.00	CrossFit	CrossFit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
vanaf 16 jaar	09.00-10.00	Sleetraining/Bootcamp	Fifth Element	Voorste detsteeg, Herwijnen (Asperen)	info@fifth-element.nl
Volwassenen	10.00-12.00	Nordic Walking	CWSV Prinses Marijke	Meersteeg 4H, Geldermalsen	Nordicwalking@cwsvprinsesmarijke.nl
ZONDAG 22 SEPTEMBER					
14+	09.00-13.00	Fitness	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
16+	11.00-12.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
20+	09.30-11.00	Sloeproeien	Sloeproevereniging Rechtachteruit	Dorpsdijk, Rumpt ter hoogte van nr 9	verhagendesiree@gmail.com
MAANDAG 23 SEPTEMBER					
4 t/m 12+	In overleg	Dans	Gymvereniging Kunst en Vliegwerk	Dorpshuis De Biskamp, De Morgen 1, Hellouw	gymkunstenvliegwerk@hotmail.com
5 t/m 12 jaar	18.15-19.15	Hapkido zelfverdedigingsport	Hapkidoschool Si-Jak	Gymzaal Huis Ophemert, Blankenburgsestraat 3	martin@hapkidobond.nl
10+	In overleg	Gym	Gymvereniging Wilskracht	Burcht van Haeften, Vredeplein 1, Haafden	wilskracht@live.nl
12 t/m 15 jaar	19.00-20.00	Kickboksen	BVL Fighting	Rijnstraat 42, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
12+	19.30-20.30	Luchtgeweer schieten competitief en ludiek	S.v. de Musketiers	Dorpshuis de Poort Herwijnen, Zworrelstraat 79	info@svdemusketiers.nl
16+	20.00-21.15	Kickboksen	BVL Fighting	Rijnstraat 42, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
16+	16.00-17.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
16+	18.00-19.00	CrossFit	Crossfit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
18+	10.00-11.00	Pilates	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
18+	20.00-21.00	Yoga	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
Volwassenen	20.00-21.00	Dans	Gymvereniging Kunst en Vliegwerk	Dorpshuis De Biskamp, De Morgen 1, Hellouw	gymkunstenvliegwerk@hotmail.com
DINSDAG 24 SEPTEMBER					
2 t/m 5 jaar	16.30-17.15	Peuter en kleutergym	Gymnastiek Ver.W.H.V. Asperen	Sporthal De Wiel, Leerdamseweg 39, Asperen	info@whv-asperen.nl
5 t/m 9+ jaar	In overleg	Gym	Gymnastiek Ver.W.H.V. Asperen	Sporthal De Wiel, Leerdamseweg 39, Asperen	info@whv-asperen.nl
5 t/m 15+	In overleg	Karate	BVL Fighting	Rijnstraat 42, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
6 t/m 12 jaar	18.00-19.00	Korfbal	CKV Animo	Randweg 5, Geldermalsen	secretaris@ckvanimo.nl
7 t/m 11+	In overleg	DanceMix!	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Heukelum	www.jdance-de.com/proefles
12 t/m 35 jaar	In overleg	Voetbal	VVOphemert	Kapelstraat 21, Ophemert	info@vvophemert.nl
13 t/m 17 jaar	19.15-20.30	Volleybal	Sportvereniging Beesd	Jeugdlaan 2, Beesd	activiteiten@svb-beesd.nl
16+	09.00-10.00	CrossFit	CrossFit Geldermalsen	Rijnstraat 40, Geldermalsen	info@crossfitgeldermalsen.nl
16+	18.00-19.00	CrossFit	Crossfit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
16+	19.00-20.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
16+	19.30-21.30	Kickboksen	Fitnessclub de Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
18+	20.00-22.00	Badminton	BC Wammes	Sporthal De Wiel, Leerdamseweg 39, Asperen	secretarisbcwammes@gmail.com
18+	09.00-10.00	Steps	GV Olympia Herwijnen	Gymzaal, Zworrelstraat 77, Herwijnen	gv-olympia@live.nl
20+	19.30-21.00	Sloeproeien	Sloeproevereniging Rechtachteruit	Dorpsdijk, Rumpt ter hoogte van nr 9	verhagendesiree@gmail.com
30+	19.30-20.30	Voetbal 35+	v.v. Heukelum	Sportpark De Vriezenwijk, Heukelum	technischezaken@vvhukelum.nl
60+	10.00-11.00	Beweegmoment voor senioren	Asperen Vitaal	Leerdamseweg 39, Asperen	jvuurens@welzijnwestbetuwe.nl
WOENSDAG 25 SEPTEMBER					
3 t/m 5-6 jaar	15.30-16.15	Kids Dance	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Herwijnen	www.jdance-de.com/proefles
3 t/m 16 jaar	In overleg	Volleybal	Volleybalvereniging Wij Houden Vol	Sporthal De Wiel, Leerdamseweg 39, Asperen	www.wijhoudenvol.nl/volleybal/jeugd
3 t/m 6 jaar	15.30-16.30	Gym	Gymvereniging Wilskracht	Burcht van Haeften, Vredeplein 1, Haafden	wilskracht@live.nl
4 t/m 6 jaar	15.00-15.45	Thema dansles	Dansstudio24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
4 tot 10 jaar	17.30-18.30	Hockey	HC Geldermalsen	Randweg 5, Geldermalsen	ledenadministratie@hcgeldermalsen.nl
4 t/m 12 jaar	In overleg	Voetbal	VV Ophemert	Kapelstraat 21, Ophemert	info@vvophemert.nl
5 t/m 12 jaar	16.30-17.30	Hapkido zelfverdedigingsport	Hapkidoschool Si-Jak	Gymzaal Toevershof, Walgtsestraat 5, Varik	martin@hapkidobond.nl
5 t/m 12 jaar	18.00-19.15	Voetbal	v.v. Heukelum	Sportpark de Vriezenwijk, Heukelum	jeugd@vvhukelum.nl
5 t/m 15 jaar	In overleg	Karate	BVL Fighting	Rijnstraat 42, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
5 t/m 11 jaar, min. diploma A	18.30-19.15	Swimkick Zwemmen	ZV Olympia	Laco Zwembad Geldermalsen	irene.van.gasteren@zwemolympia.nl
6 t/m 12 jaar	16.00-17.00	Crossfit	Crossfit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
6 t/m 13 jaar	In Overleg	Urban/Street Dance	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Herwijnen	www.jdance-de.com/proefles
7 t/m 16 jaar	17.00-18.00	Aikido	Fitnessclub de Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
8 t/m 12 jaar	16.45-17.45	Song & Dance	Dansstudio24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
8+ (G-team)	18.00-19.00	Voetbal	vv Asperen	Leerdamseweg 39, Asperen	ivo_dekeijzer@hotmail.com
9 t/m 11 jaar	16.30-17.30	CrossFit Kids	CrossFit Geldermalsen	Rijnstraat 40, Geldermalsen	info@crossfitgeldermalsen.nl
12 t/m 14 jaar	16.45-17.45	Hiphop 12+	Dansstudio24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
12 t/m 15 jaar	19.00-20.00	Kickboksen	BVL Fighting	Rijnstraat 42, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
12 t/m 16 jaar	16.00-17.00	Sleetraining/Bootcamp	Fifth Element	Voorste detsteeg, Herwijnen (Asperen)	info@fifth-element.nl
12 t/m 17 jaar	17.30-18.30	CrossFit Teens	CrossFit Geldermalsen	Rijnstraat 40, Geldermalsen	info@crossfitgeldermalsen.nl
13 t/m 19 jaar	19.15-20.30	Voetbal	v.v. Heukelum	Sportpark de Vriezenwijk, Heukelum	jeugd@vvhukelum.nl
14+	18.00-22.00	Fitness	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
16+	20.00-21.15	Kickboksen	BVL Fighting	Rijnstraat 42, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
16+	18.30-19.30	CrossFit	Crossfit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
16+	17.00-18.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
21+	20.00-21.00	Urban/Street Dance	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Asperen	www.jdance-de.com/proefles
50+	09.30-11.00	Sloeproeien	Sloeproevereniging Rechtachteruit	Dorpsdijk, Rumpt ter hoogte van nr 9	verhagendesiree@gmail.com



Kijk op bewegeninwestbetuwe.nl
voor sport- en beweegtips in jouw buurt.



Ga lekker bewegen!



DOELGROEP	TIJD	ACTIVITEIT	ORGANISATIE	LOCATIE	AANMELDEN VIA...
DONDERDAG 26 SEPTEMBER					
2 t/m 4 jaar	11.15-12.00	Peuterdans	Dansstudio24	Rijksstraatweg 45, meteren	info@dansstudio24.nl
2 t/m 5 jaar	In overleg	Peuter/kleutergym	Gymvereniging Marjool	Duyfhuisstraat 2, Deil	marjoolgym@gmail.com
2,5 t/m 12+	In overleg	Gym	Gymvereniging Kunst en Vliegwerk	Dorpshuis De Biskamp, De Morgen 1, Hellow	gymkunstenvliegwerk@hotmail.com
3 t/m 5/6 jaar	15.15-16.00	Kids Dance	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Herwijnen	www.jdance-de.com/proefles
4 t/m 7 jaar	15.00-16.00	Kids parcours	Fifth Element	Voorste detsteeg, Herwijnen (Asperen)	info@fifth-element.nl
Groep 3 t/m 12 +	In overleg	Recreatiegym	Gymvereniging Marjool	Duyfhuisstraat 2, Deil	marjoolgym@gmail.com
6-8 jaar	16.15-17.15	Turnen	Gympoint	Oranje Nassaustraat 113, geldermalsen	Oranje Nassaustraat 113, geldermalsen
6 t/m 12 jaar	18.00-19.00	Korfbal	CKV Animo	Randweg 5, Geldermalsen	secretaris@ckvanimo.nl
6 t/m 12 jaar	18.45-19.45	Volleybal	Sportvereniging Beesd	Jeugdlaan 2, Beesd	activiteiten@svb-beesd.nl
7 t/m 15 jaar	In overleg	Urban/Street Dance	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Herwijnen	www.jdance-de.com/proefles
8 t/m 12 jaar	16.00-17.00	Kids parcours	Fifth Element	Voorste detsteeg, Herwijnen (Asperen)	info@fifth-element.nl
12 t/m 35 jaar	In overleg	Voetbaltraining	VV Ophemert	Kapelstraat 21, Ophemert	info@vvophemert.nl
14+	18.00-22.00	Fitness	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
16+	09.00-10.00	CrossFit	CrossFit Geldermalsen	Rijnstraat 40, Geldermalsen	info@crossfitgeldermalsen.nl
16+	19.30-21.30	Kickboksen	Fitnessclub de Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
16+	18.30-19.30	CrossFit	Crossfit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
16+	19.00-20.00	DanceMix!	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Herwijnen	www.jdance-de.com/proefles
16+	20.00-21.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
18+	19.15-20.15	SPINNING	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
18+	20.00-22.00	Badminton	BC Wammes	Sporthal de Wiel, Leerdamseweg 39, Asperen	secretarisbcwammes@gmail.com
Dames	19.45-20.45	Mix van volleybal, steps & bootcamp	Gymvereniging Kunst en Vliegwerk	Dorpshuis De Biskamp, De Morgen 1, Hellow	gymkunstenvliegwerk@hotmail.com
Senioren	20.30-21.30	Trimhockey	HC Geldermalsen	Randweg 5, Geldermalsen	ledenadministratie@hcgeldermalsen.nl
Alle leeftijden	19.00-21.00	Tennis	Tennisclub Varik-Heesselt	Tennispark TCVH, Gerestraat 1a, 4063 CN Heesselt	info@tcvh.nl
VRIJDAG 27 SEPTEMBER					
3 t/m 5-6 jaar	14.45-15.30	Kids Dance	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Heukelum	www.jdance-de.com/proefles
5 t/m 7 jaar	16.00-16.45	Karate	BVL Fighting	Rijnstraat 42, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
6 t/m 9 jaar	17.00-18.00	Gym	Sportvereniging Beesd	Jeugdlaan 2, Beesd	activiteiten@svb-beesd.nl
6 t/m 12 jaar	17.00-18.00	Crossfit	Crossfit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
6 t/m 13 jaar	In overleg	Urban/Street Dance	J'Dance - Dance & Entertainment	Gymzaal brede basisschool Heukelum	www.jdance-de.com/proefles
7 t/m 16 jaar	18.30-19.30	Aikido	Fitnessclub de Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
7 t/m 14 jaar, min. diploma B	17.30-18.30	Minioren zwemmen	ZV Olympia	Laco Zwembad Geldermalsen	irene.van.gasteren@zwemolympia.nl
8 t/m 15+	16.45-17.45	In overleg	BVL Fighting	Rijnstraat 42, Geldermalsen	info@bvlfighting.nl
14+	18.00-21.00	Fitness	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
14+	18.00-19.00	Hiphop advanced	Dansstudio24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
14+	18.00-19.00	Tieners dansles	Dansstudio24	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@dansstudio24.nl
16+	08.00-09.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
16+ (volwassenen)	19.30-20.45	Aikido	Fitnessclub de Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
16+	18.30-19.30	Crossfit	Crossfit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
18+	09.00-09.45	Bodypump	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
Vanaf 55+	10.00-11.00	Sleetraining/Bootcamp	Fifth Element	Voorste detsteeg, Herwijnen (Asperen)	info@fifth-element.nl
ZATERDAG 28 SEPTEMBER					
3 t/m 8+	In overleg	Streetdance	GV Olympia Herwijnen	Gymzaal, Zworrelstraat 77, Herwijnen	gv-olympia@live.nl
Vanaf 4 jaar	10.30-11.30	Korfbal	CKV Animo	Randweg 5, Geldermalsen	secretaris@ckvanimo.nl
4 tot 10 jaar	09.00-10.00	Funkey hockey	HC Geldermalsen	Randweg 5, Geldermalsen	ledenadministratie@hcgeldermalsen.nl
6 t/m 10 jaar	In overleg	Gym	Gymvereniging Wilskracht	Burcht van Haeften, Vredeplein 1, Haafden	wilskracht@live.nl
14+	09.00-13.00	Fitness	Healthclub45	Rijksstraatweg 45, Meteren	info@healthclub45.nl
16+	11.00-12.00	CrossFit	CrossFit Asperen	Perendreef 1a, Asperen	hans@crossfitasperen.nl
16+	09.00-10.00	CrossFit	CrossFit FNX	Heideweg 2, Waardenburg	crossfitfnx@gmail.com
16+	10.00-12.00	Kickboksen	Fitnessclub de Schildkamp	Perendreef 1a, Asperen	info@aikidokan.nl
vanaf 16 jaar	09.00-10.00	Sleetraining/Bootcamp	Fifth Element	Voorste detsteeg, Herwijnen (Asperen)	info@fifth-element.nl
Volwassenen	In overleg	Watervalwandeling in Loenen	CWSV Prinses Marijke	Loenen	secretaris@cwsvprinsesmarijke.nl
20 T/M 29 SEPTEMBER					
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	v.v. Asperen	Leerdamseweg 39, Asperen	secretaris@vvasperen.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	BRC	Sportstraat 7, Beesd	jeugd@vvbrc.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	v.v. A.S.H.	Korfgraaf 3, Hellow	Jeroen@ash-hellow.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	S.V.S.'65	Spijke Kweldijk 81, Spijke	secretariaat@svs65spijk.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	MVV'58	Achtersteweg 19, Meteren	tc@mvv58.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	GVV	Randweg 3, Geldermalsen	info@gvv-geldermalsen.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	v.v. Haafden	Enggraaf 24, Haafden	ledenadministratie@vvhaafden.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	v.v. Vuren	Sportlaan 2, Vuren	info@vvvuren.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	v.v. Herovina	Zworrelstraat 75, Herwijnen	jeugdcommissie@herovina.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	v.v. WNC	Zandweg 1b, Waardenburg	jeugdzaaken@vwwnc.nl
Vanaf 4 jaar	In overleg	Voetbal	DSS'14	Gerestraat 4a, Heesselt	activiteitencommissiedss14@gmail.com
10 t/m 25 jaar	In overleg	Hockey	HC Geldermalsen	Randweg 5, Geldermalsen	ledenadministratie@hcgeldermalsen.nl

Iedereen kan bewegen: Ontdek jouw sport in West Betuwe!

Ontdek het veelzijdige sport- en beweegaanbod in West Betuwe! Iedereen kan bewegen; een kleine stap is immers makkelijk én zo gezet. Of je nu graag buiten sport, een les wilt volgen of liever individueel beweegt, er is altijd een optie die bij je past. Ook als er thuis weinig geld is. Het Jeugdfonds Sport & Cultuur helpt dan met contributie of lesgeld. Kijk voor meer informatie en voor sport- en beweegtips in jouw buurt op bewegeninwestbetuwe.nl.

