

Heel Heemskerk in Beweging



Van 15 t/m 29 september 2018 vindt de 15e editie plaats van de Nationale Sportweek. Heel Heemskerk pakt uit en laat u graag zien welke activiteiten plaatsvinden en voor welke leeftijd ze bedoeld zijn. De activiteiten zijn gratis tenzij anders aangegeven. U komt toch ook in beweging?

WANNEER	OMSCHRIJVING	VOOR WIE	TIJD	LOCATIE	MEER INFO ZIE WEBSITE
zaterdag 15 september	15 jarig bestaan Fit4youz*	Alle inwoners	9:00 - 13:00	Beneluxlaan 205-207	www.fit4youz.nl/ Aanmelden via website
	Kennismakingslessen Karate bij Zanshin	Tot 12 jaar 13 jaar en ouder	9:30 - 11:00 11:00 - 12:30	Euratomsingel 19	www.zanshin-heemskerk.nl/
	Fit en Fun challenge	Kinderen 5 - 13 jaar (valide en mindervalide) + familie	13:00 - 15:30	Van Loenenlaan 1 1945 TB Beverwijk	www.heliomare.nl/ Aanmelden via cedwards@heliomare.nl
	Open dag Jeu de boules bij Bonne Chance	8 t/m 99 jaar	vanaf 13:30	Park Assumburg, ingang via communicatieweg	www.bonnechancepetanque.nl/
	Broekpolder Dance Walk, alleen met mooi weer!	Alle inwoners	13:30 - 15:30	Start vanaf Gezondheidscentrum Broekpolder, Steenhouwerskwartier 29	www.Dance-eXp.nl
zondag 16 september	Hardloop/wandel evenement Kassencross 8km	Alle inwoners	Start 10:00	Buurtcentrum d'Evelaar, Luttik Cie 35	www.evelaar.nl/
	Open dag Ruitersportcentrum De Schimmelkroft incl. demonstraties voor mindervaliden	Alle inwoners	10:00 - 17:00	Kerkweg 221-B	www.schimmelkroft.nl/
	Demo's en dansworkshops bij Dance Studio Patty	Alle inwoners	11:00 - 15:00	Kerkweg 219A	www.dspatty.nl/
	Open dag The Workout met gratis workshops*	Alle inwoners	12:00 - 16:00	De Velst 3	www.theworkout.nu/
maandag 17 september	Yoga	50+	9:00 - 10:00 10:15 - 11:15 11:30 - 12:30	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Wandelgroep	Alle inwoners	10:00 - 11:00	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Open training aangepast voetballen bij ADO '20	9 t/m 12 jaar	18:00 - 19:00	Oosterweg 4	www.ado20.nl - Let op: aanmelden
	Sportcafé met radioverslaggever Andy Houtkamp	Interview met o.a. sporttalenten, verenigingsbestuurders en sportprofessionals	19:00 - 21:00	Radio uitzending op Heemskerk FM	
dinsdag 18 september	Senioren Fit	60+	9:15 - 10:15	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Peuter Ouder Ochtend in het teken van sport en voeding, kosten € 1,50	0-4 jaar + ouders	9:45 - 11:15	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Fit Mix 60+	60+	10:30 - 11:30	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Stijldansen	60+	13:45 - 15:45	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Workshop Kinderyoga bij Gezondheidscentrum Broekpolder	8-12 jaar	14:30 - 15:30	Gezondheidscentrum Broekpolder, Steenhouwerskwartier 29	www.gcbroekpolder.nl/ Meld je aan bij Kalinka van Wees
	Spring op plein + buurtbakke	Kinderen + ouders + opa's en oma's	14:30 - 16:30	Het Rinket, Bachstraat 20	www.welschapwelzijn.nl/
	Open handbal training bij DSS	6-18 jaar	16:30 - 19:00	Communicatieweg 2	www.dsshandbal.nl/ Inschrijven via prsponsor@dsshandbal.nl
Open training voetballen voor meiden bij ADO '20	9-11 jaar	16:30 - 17:30	Oosterweg 4C	www.ado20.nl - Let op: aanmelden	
woensdag 19 september	Aerobics Body Shape	18+	9:00 - 10:00	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Gym 60+	60+	9:00 - 10:00	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Yoga 60+	60+	10:15 - 11:15	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Buurtcoach XL, een bakfiets vol met sport- en spelmateriaal	6-12 jaar	12:30 - 15:00	Arterrein, Maasstraat	jouw.teamssportservice.nl/ kennemerland/
	Sportieve Speurtocht	8 - 14 jaar	13:30 - 16:00	Wijk Broekpolder	www.welschapwelzijn.nl/
	Open dag tennis maken met Tafeltennis bij TTV-Heemskerk	Vanaf 15 jaar	15:00 - 17:00 19:30 - 21:30	Visserstraat 6B	www.ttv-heemskerk.nl/ Let op: aanmelden
	Open lessen jazz-dance	6 t/m 8 jaar 8 t/m 10 jaar 10 t/m 12 jaar vanaf 13 jaar	15:30 - 16:30 16:30 - 17:30 17:30 - 18:30 18:30 - 19:30	Sporthal Waterwijk, Pieter Cheeuwenlaan 2, Beverwijk	www.Dance-eXp.nl
	Kids-challenge door Reva Centre*	6 t/m 12 jaar	16:00 - 17:00	Park Assumburg, Tolweg	www.gcbroekpolder.nl/
Open lessen Urban (hiphop/streetdance)	8 t/m 12 jaar 13 t/m 16 jaar	17:00 - 18:00 19:00 - 19:00	Gezondheidscentrum Broekpolder, Steenhouwerskwartier 29	www.Dance-eXp.nl	
Pilates Power Gym	18+	19:15 - 20:15	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/	
donderdag 20 september	Yoga 55+	55+	9:00 - 10:00	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Peuter Ouder Ochtend in het teken van sport en voeding, kosten € 1,50	0-4 jaar + ouders	9:45 - 11:15	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Fifty Fit	50+	10:30 - 11:30	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Open handbal training bij DSS	6-18 jaar	16:30 - 19:00	Communicatieweg 2	www.dsshandbal.nl/ Inschrijven via prsponsor@dsshandbal.nl
	Open training voetballen voor meiden bij ADO '20	9-11 jaar	16:30 - 17:30	Oosterweg 4C	www.ado20.nl - Let op: aanmelden
Open training bij Korfbalvereniging HBC	6-12 jaar	Vanaf 19:00	Cruijff Court, Cornelis Geelvinckstraat	www.kvhbc.nl/	
Open lessen Jazz-dance / Dance mix	18+	20:00 - 21:00	Gezondheidscentrum Broekpolder, Steenhouwerskwartier 29	www.Dance-eXp.nl Let op: aanmelden	

* Tijdens de Nationale sportweek mogen kinderen en volwassenen gratis deelnemen aan een les.

WANNEER	OMSCHRIJVING	VOOR WIE	TIJD	LOCATIE	MEER INFO ZIE WEBSITE
vrijdag 21 september	Fifty Fit	55+	9:00 - 10:00	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Peuter Ouder Ochtend in het teken van sport en voeding, kosten € 1,50	0-4 jaar + ouders	9:45 - 11:15	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Samen Fit door Reva Centra*	55+	13:00 - 14:00	Park Assumburg, Tolweg 9a	www.gcbroekpolder.nl/
	Kick-off Daily Mile met Erben Wennemars	4-12 jaar	13:00 - 14:00	speelplein tegenover Olaf de Ruyter, Duitslandlaan	
	Opblaas 6-kamp	8-12 jaar	15:00 - 17:00	speelplein tegenover Olaf de Ruyter, Duitslandlaan	www.welschapwelzijn.nl/
Proefles voorbereidend wedstrijdzwemmen bij de Oeza (Diploma A, B (en C) vereist)	8-14 jaar	18:00 - 18:45	Kerkweg 217	www.oeza.nl/ Let op: inschrijven tot 14 september	
zaterdag 22 september	Open dag Danstuin	2,5 - 14 jaar	9:00 - 14:00	Cornelis Groenlandstraat 8, 1962 TG Heemskerk	www.danstuin.nl/ Let op: aanmelden
	Kennismakingslessen Karate bij Zanshin	tot 12 jaar 13 jaar en ouder	9:30 - 11:00 11:00 - 12:30	Euratomsingel 19	www.zanshin-heemskerk.nl/
	Open dag Jeu de boules bij Bonne Chance	8 t/m 99 jaar	Vanaf 13:30	Park Assumburg, Adelaertlaan 1	www.bonnechancepetanque.nl/
	Gezonde en Sportieve Burendag met kleurenloop	Alle inwoners	15:00 - 17:30	Vlaskamp, Hoflaan 238	www.welschapwelzijn.nl/
23-9 Zondag	Kids instuif Skicentrum Heemskerk	4-12 jaar	11:00 - 16:00	Communicatieweg 4D	www.skicentrumheemskerk.nl/
maandag 24 september	Yoga	50+	9:00 - 10:00 10:15 - 11:15 11:30 - 12:30	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Wandelgroep	Alle inwoners	10:00 - 11:00	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Ready to sportdag van NOC NSF	8-12 jaar	10:00 - 14:15	Heliomare, De Velst 1	www.readytosport.nl/
	Open training aangepast voetballen bij ADO '20	9 t/m 12 jaar	18:00 - 19:00	Oosterweg 4C	www.ado20.nl - Let op: aanmelden
dinsdag 25 september	Senioren Fit	60+	9:15 - 10:15	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Fit Mix 60+	60+	10:30 - 11:30	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Stijldansen	60+	13:45 - 15:45	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Open training voetballen voor meiden	9-11 jaar	16:30 - 17:30	Oosterweg 4C	www.ado20.nl - Let op: aanmelden
	Open handbal training bij DSS	6-18 jaar	16:30 - 19:00	Communicatieweg 2	www.dsshandbal.nl/ Inschrijven via prsponsor@dsshandbal.nl
	Bootcamp Light door Reva Centre*	18+	19:00 - 20:00	Park Assumburg, Tolweg	www.gcbroekpolder.nl/
woensdag 26 september	Aerobics Body Shape	18+	9:00 - 10:00	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Gym 60+	60+	9:00 - 10:00	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Yoga 60+	60+	10:15 - 11:15	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Open dag tennis maken met Tafeltennis bij TTV-Heemskerk	Vanaf 15 jaar	15:00 - 17:00 19:30 - 21:30	Visserstraat 6B	www.ttv-heemskerk.nl/ Let op: aanmelden
	Open lessen jazz-dance	6 t/m 8 jaar 8 t/m 10 jaar 10 t/m 12 jaar vanaf 13 jaar	15:30 - 16:30 16:30 - 17:30 17:30 - 18:30 18:30 - 19:30	Sporthal Waterwijk, Pieter Cheeuwenlaan 2, Beverwijk	www.Dance-eXp.nl
	Cruijff Court voetbaltoernooi 6 vs. 6	13-16	18:30 - 21:00	Cruijff Court, Cornelis Geelvinckstraat	www.welschapwelzijn.nl/ Aanmelden bij Linda de Jong (linda.dejong@welschap.nl)
	Open lessen Urban (hiphop/streetdance)	8 t/m 12 jaar 13 t/m 16 jaar	17:00 - 18:00 18:00 - 19:00	Gezondheidscentrum Broekpolder, Steenhouwerskwartier 29	www.Dance-eXp.nl
Pilates Power Gym	19+	19:15 - 20:15	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/	
Loop de Nationale Diabetes Challenge vier daagse mee met Gezondheidscentrum Broekpolder	Vaste groep, toegang voor iedereen			www.gcbroekpolder.nl/nieuws/diabetes-challenge/ Voor meer info: Denise Boon (daboon@huisartsenbroekpolder.nl) of Kelly Veldhuis (kveldhuis@huisartsenbroekpolder.nl)	
donderdag 27 september	Yoga 55+	55+	9:00 - 10:00	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Fifty Fit	60+	10:30 - 11:30	Buurtcentrum Het Spectrum, Lauraplein 1a	www.welschapwelzijn.nl/
	Spring op plein + buurtbakke	Kinderen + ouders	14:30 - 16:00	De Kariboe, Rameaustraat 6	www.welschapwelzijn.nl/
	Open handbal training bij DSS	6-18 jaar	16:30 - 19:00	Communicatieweg 2	www.dsshandbal.nl/ Inschrijven via prsponsor@dsshandbal.nl
	Open training voetballen voor meiden	9-11 jaar	16:30 - 17:30	Oosterweg 4C	www.ado20.nl - Let op: aanmelden
	Loop de Nationale Diabetes Challenge vier daagse mee met Gezondheidscentrum Broekpolder	Vaste groep, toegang voor iedereen			www.gcbroekpolder.nl/nieuws/diabetes-challenge/ Voor meer info: Denise Boon (daboon@huisartsenbroekpolder.nl) of Kelly Veldhuis (kveldhuis@huisartsenbroekpolder.nl)
Open lessen Jazz-dance / Dance mix	18+	20:00 - 21:00	Gezondheidscentrum Broekpolder, Steenhouwerskwartier 29	www.Dance-eXp.nl - Let op: aanmelden	
vrijdag 28 september	Fifty Fit	55+	9:00 - 10:00	Buurtcentrum De Schuilhoek, Van Bronckhorststraat 1	www.welschapwelzijn.nl/
	Loop de Nationale Diabetes Challenge vier daagse mee met Gezondheidscentrum Broekpolder	Vaste groep, toegang voor iedereen			www.gcbroekpolder.nl/nieuws/diabetes-challenge/ Voor meer info: Denise Boon (daboon@huisartsenbroekpolder.nl) of Kelly Veldhuis (kveldhuis@huisartsenbroekpolder.nl)
zaterdag 29 sept.	Open training voetbal kennismaking bij de kabouters ADO '20	4 t/m 6 jaar	9:30 - 10:30	Oosterweg 4C	www.ado20.nl - Let op: aanmelden
	Kennismakingslessen Karate bij Zanshin	tot 12 jaar 13 jaar en ouder	9:30 - 11:00 11:00 - 12:30	Euratomsingel 19	www.zanshin-heemskerk.nl/
	Kinderdisco - Dancebattle	8-12 jaar	19:00 - 21:00	De Tweespan, Duitslandlaan 7	www.welschapwelzijn.nl/

Voor vragen: k.vandergeest@heemskerk.nl. Tel. 06-55285931