

## Nationale Sportweek 19 t/m 28 september

### Instuiftrainingen per doelgroep - Bunschoten

| DAG                          | LOCATIE                     | ADRES                 | ACTIVITEIT              | DOELGROEP                    | TIJD           | CONTACTGEGEVENS                                                                                                                          |
|------------------------------|-----------------------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Vrijdag<br/>19 sept</b>   | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | Diverse mogelijkheden   | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| <b>Zaterdag<br/>20 sept</b>  | Stal Groenendaal            | Zevenhuizerstraat 154 | Proefrit paardrijden    | Jeugd 4 t/m 12 jaar          | 13:15-14:00    | <a href="mailto:manege@stal-groenendaal.nl">manege@stal-groenendaal.nl</a>                                                               |
|                              | Stal Groenendaal            | Zevenhuizerstraat 154 | Proefrit paardrijden    | Jeugd 12 t/m 18 jaar         | 14:00-14:45    | <a href="mailto:manege@stal-groenendaal.nl">manege@stal-groenendaal.nl</a>                                                               |
|                              | Stal Groenendaal            | Zevenhuizerstraat 154 | Proefrit paardrijden    | 18 t/m 25 jaar               | 14:45-15:30    | <a href="mailto:manege@stal-groenendaal.nl">manege@stal-groenendaal.nl</a>                                                               |
|                              | Stal Groenendaal            | Zevenhuizerstraat 154 | Proefrit paardrijden    | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | 15:30-16:15    | <a href="mailto:manege@stal-groenendaal.nl">manege@stal-groenendaal.nl</a>                                                               |
|                              | Stal Groenendaal            | Zevenhuizerstraat 154 | Proefrit paardrijden    | Senioren 65+ (grondwerk)     | 16:15-17:00    | <a href="mailto:manege@stal-groenendaal.nl">manege@stal-groenendaal.nl</a>                                                               |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | Diverse mogelijkheden   | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| <b>Maandag<br/>22 sept</b>   | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | EMS-training            | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | Diverse mogelijkheden   | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                              | Reddings Brigade Bunschoten | Zwembad de Duker      | Reddingszwemmen         | Jeugd 4 t/m 12 jaar          | 18.30          | Rutger Nagel 06-82330995<br><a href="https://www.reddingsbrigadebunschoten.nl/">https://www.reddingsbrigadebunschoten.nl/</a>            |
|                              | Reddings Brigade Bunschoten | Zwembad de Duker      | Reddingszwemmen         | Jeugd 4 t/m 12 jaar          | 19.00          | Rutger Nagel 06-82330995<br><a href="https://www.reddingsbrigadebunschoten.nl/">https://www.reddingsbrigadebunschoten.nl/</a>            |
| <b>Dinsdag<br/>23 sept</b>   | Boulamis                    | De Kronkels 12b       | Jeu de Boules           | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | 19:00          | <a href="mailto:secretaris@boulamis.nl">secretaris@boulamis.nl</a><br><a href="mailto:tvdhoogen1@hotmail.com">tvdhoogen1@hotmail.com</a> |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | EMS-training            | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | Diverse mogelijkheden   | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| <b>Woensdag<br/>24 sept</b>  | Wandelfit                   | Variërend             | Wandelen 2,5 km of 3 km | 50+ jr                       | 11:00          | 033 298 2594<br><a href="https://www.fysiohuis.nl/">https://www.fysiohuis.nl/</a>                                                        |
|                              | Boulamis                    | De Kronkels 12b       | Jeu de Boules           | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | 13:00-16:00    | <a href="mailto:secretaris@boulamis.nl">secretaris@boulamis.nl</a><br><a href="mailto:tvdhoogen1@hotmail.com">tvdhoogen1@hotmail.com</a> |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | EMS-training            | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | Diverse mogelijkheden   | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| <b>Donderdag<br/>25 sept</b> | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | EMS-training            | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | Diverse mogelijkheden   | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| <b>Vrijdag<br/>26 sept</b>   | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | EMS-training            | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | Diverse mogelijkheden   | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| <b>Zaterdag<br/>27 sept</b>  | Stal Groenendaal            | Zevenhuizerstraat 154 | Open dag                | Jeugd, volwassenen, senioren | Vanaf 11:00uur | <a href="mailto:manege@stal-groenendaal.nl">manege@stal-groenendaal.nl</a>                                                               |
|                              | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A          | Diverse mogelijkheden   | Volwassenen 25 t/m 65 jaar   | Check website  | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |

|                 |                             |                  |                       |                            |               |                                                                                                                                          |
|-----------------|-----------------------------|------------------|-----------------------|----------------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Maandag 29 sept | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | EMS-training          | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                 | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | Diverse mogelijkheden | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                 | Reddings Brigade Bunschoten | Zwembad de Duker | Reddingszwemmen       | Jeugd 4 t/m 12 jaar        | 18.30         | Rutger Nagel 06-82330995<br><a href="https://www.reddingsbrigadebunschoten.nl/">https://www.reddingsbrigadebunschoten.nl/</a>            |
|                 | Reddings Brigade Bunschoten | Zwembad de Duker | Reddingszwemmen       | Jeugd 4 t/m 12 jaar        | 19.00         | Rutger Nagel 06-82330995<br><a href="https://www.reddingsbrigadebunschoten.nl/">https://www.reddingsbrigadebunschoten.nl/</a>            |
| Dinsdag 30 sept | Boulamis                    | De Kronkels 12b  | Jeus de Boules        | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | 19:00u        | <a href="mailto:secretaris@boulamis.nl">secretaris@boulamis.nl</a><br><a href="mailto:tvdhoogen1@hotmail.com">tvdhoogen1@hotmail.com</a> |
|                 | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | EMS-training          | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                 | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | Diverse mogelijkheden | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| Woe 1 okt       | Boulamis                    | De Kronkels 12b  | Jeus de Boules        | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | 13:00-16:00u  | <a href="mailto:secretaris@boulamis.nl">secretaris@boulamis.nl</a><br><a href="mailto:tvdhoogen1@hotmail.com">tvdhoogen1@hotmail.com</a> |
|                 | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | EMS-training          | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                 | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | Diverse mogelijkheden | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| Donderdag 2 okt | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | EMS-training          | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                 | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | Diverse mogelijkheden | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| Vrijdag 3 okt   | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | EMS-training          | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
|                 | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | Diverse mogelijkheden | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |
| Zaterdag 4 okt  | Bodyvibe                    | Zuidwenk 80A     | Diverse mogelijkheden | Volwassenen 25 t/m 65 jaar | Check website | <a href="https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/">https://www.bodyvibe.nl/workouts/ems/</a>                                                |

\* Onder **Uniek Sporten** vallen alle sport- en bewegingsmogelijkheden voor mensen die op een manier een beperking ervaren en hierdoor moeilijk mee kunnen doen