

# Hogeland Beweegt

Aanbod periode A 2021 - 2022 (herfst/winter)

## ATLETIEK

Loopgroep Kameleon - Uithuizen

Start: 25-10

15 t/m 80 jaar

1 x op ma.

Gratis



## BASKETBAL

Basketbalvereniging Bedum Blues - Bedum

Start: 27-10

8 t/m 11 jaar

6 x op wo.

Gratis

Sietsema Highlanders - Uithuizen

Start: 26-10

7 t/m 11 jaar

2 x op di.

Gratis



## BRAZILIAN JIU JITSU

Katsu Kai / Dojo Katsu - Winsum

Start: 26-10

12 t/m 100 jaar

3 x op di.

Gratis



## DANS

Dansschool Marijke - Bedum

Start: 25-10, 26-10, 27-10 of 28-10

6 t/m 12, 15 t/m 20 of 15 t/m 65 jaar

2 x op ma., di., wo. of do.

Gratis



## GYMNASTIEK

Iedereen Vitaal Groningen - Winsum

Start: 25-10

65 t/m 85 jaar

2 x op ma.

Gratis

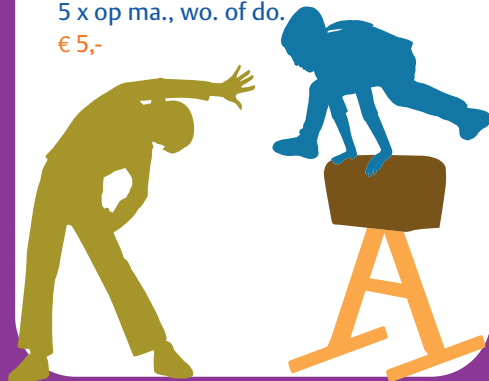
Turning Winsum - Winsum

Start: 25-10, 27-10, 28-10, 10-01, 12-01 of 13-01

4 t/m 6, 6 t/m 8, 35 t/m 90, 45 t/m 90 of 55 t/m 100 jaar

5 x op ma., wo. of do.

€ 5,-



## HARDLOPEN

Artemis Winsum - Winsum

Start: 25-10 of 27-10

18 t/m 80 jaar

4 x op ma. of wo.

Gratis

Loopgroep-Kameleon - Uithuizen

Start: 25-10

15 t/m 80 jaar

1 x op ma.

Gratis

## HOCKEY

Hockeyclub Bedum - Bedum

Start: 26-10

6 t/m 13 jaar

4 x op di.

Gratis



## KARATE

Katsu Kai / Dojo Katsu - Winsum

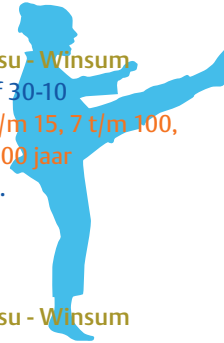
Start: 25-10, 27-10 of 30-10

4 t/m 6, 7 t/m 12, 7 t/m 15, 7 t/m 100,

13 t/m 15 of 16 t/m 100 jaar

3 x op ma., wo. of za.

Gratis



## KICKBOKSEN

Katsu Kai / Dojo Katsu - Winsum

Start: 26-10

12 t/m 100 jaar

3 x op di.

Gratis



## KORFBAL

Korfbalvereniging DWA/Argo - Winsum

Start: 18-11

6 t/m 9 jaar

5 x op do. Gratis

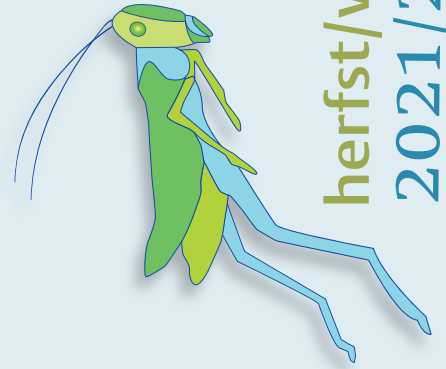
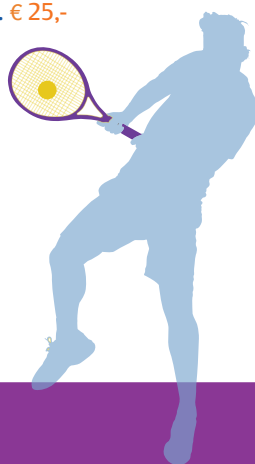
## TENNIS

TC Warffum - Warffum

Start: 29-10

4 t/m 99 jaar

3 x op vr. € 25,-



herfst/winter  
2021/2022

Hogeland  
Beweegt

## TURNEN

Turning Winsum - Winsum  
Start: 25-10, 27-10, 29-10, 10-01, 12-01 of 14-01  
6 t/m 15, 8 t/m 10, 8 t/m 15, 9 t/m 11 of 11 t/m 30 jaar  
5 x op ma., wo. of vr.  
€ 5,-



## VECHTSPOORT

Karatevereniging Za kura - Sauwerd  
Start: 27-10  
15 t/m 80 jaar  
4 x op wo.  
Gratis



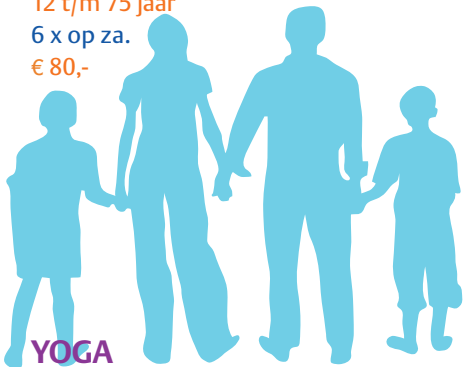
## VOLLEYBAL

Turning Winsum - Winsum  
Start: 27-10 of 12-01  
20 t/m 90 jaar  
(alleen meisjes)  
5 x op wo. € 7,50



## WANDELEN

Loopgroep-Kameleon - Uithuizen  
Start: 26-10  
18 t/m 100 jaar  
1 x op di.  
Gratis  
Nordic Walking de Marne - Lauwersoog  
Start: 30-10  
12 t/m 75 jaar  
6 x op za.  
€ 80,-



## YOGA

Katsu Kai / Dojo Katsu - Winsum  
Start: 29-10  
12 t/m 100 jaar  
3 x op vr.  
Gratis  
SoulJoy Yoga - Eenrum  
Start: 25-10  
18 t/m 100 jaar  
1 x op ma.  
€ 9,-

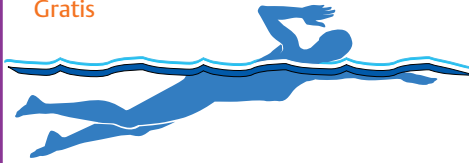


## ZWEMMEN

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum  
Start: 27-10 of 28-10  
6 t/m 12 of 12 t/m 18 jaar  
3 x op wo. of do.  
Gratis

## ZWEMTECHNIEK- EN CONDITIETRAINING

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum  
Start: 27-10  
18 t/m 99 jaar  
3 x op wo.  
Gratis



## ZWEMVAARDIGHEID

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum  
Start: 30-10  
6 t/m 18 jaar  
3 x op za.  
Gratis

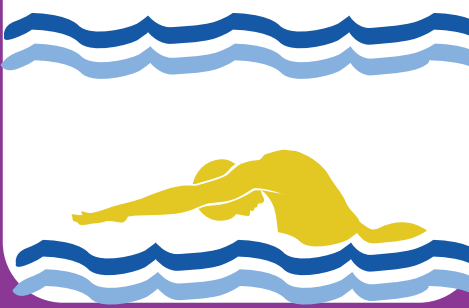
## TRIMZWEMMEN

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum  
Start: 27-10  
45 t/m 119 jaar  
3 x op wo.  
Gratis



## REDDINGSZWEMMEN

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum  
Start: 27-10  
6 t/m 18 jaar  
3 x op wo.  
Gratis



Bewegteam  
Het Hogeland



Colofon  
Hogeland Beweegt  
www.hogelandbeweegt.nl

Organisatie  
Beweegteam het Hogeland  
info@hogelandbeweegt.nl

Oprichtgever  
Gemeente Hogeland

aavormgeving  
www.aavormgeving.nl

## Spelregels Hogeland Beweegt

### Deelname

Alle inwoners van de gemeente Hogeland kunnen meedoen. Per cursus kan de leeftijdsindeling verschillen. Kijk op de website voor de volledige cursusinformatie.

### Aanbod

Je mag je aanmelden voor meerdere cursussen (max. 3). **Let op!** Een aantal cursussen heeft een maximum aantal deelnemers. Er vindt dan een loting plaats. De cursusgegevens kunnen soms nog veranderen, de actuele cursusgegevens staan op [www.hogelandbeweegt.nl](http://www.hogelandbeweegt.nl)

### Aanmelden

Je kan je uitsluitend opgeven via [www.hogelandbeweegt.nl](http://www.hogelandbeweegt.nl). De laatste dag om je aan te melden is: **5 oktober 2021**.

### Bevestiging

Enkele dagen na afloop van de aanmeldperiode vindt de eventuele loting plaats. Je ontvangt dan een e-mail of je wel of niet kan deelnemen. Heb je een week voor dat de cursus begint, niets van ons ontvangen, bel dan met: **050-8700100** of mail [info@hvdsg.nl](mailto:info@hvdsg.nl)

### Kosten

De kosten verschillen per cursus en staan bij elke cursus apart vermeld. Indien de cursus niet gratis is, betaal je bij de eerste les het volledige cursusbedrag contant aan de vereniging of aanbieder. Afhankelijk van de aanbieder is het verplicht of mogelijk om met pin te betalen.

### Organisatie

Hogeland Beweegt wordt georganiseerd door Huis voor de Sport Groningen en Jongerenwerk Barkema & De Haan in samenwerking met verenigingen en sportaanbieders uit de gemeente Het Hogeland.