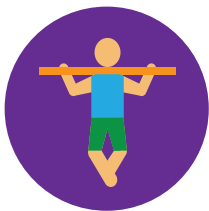


# Hogeland Beweegt

Aanbod periode 2022/2023 (herfst/winter)



## AEROBICS

SVU - Uithuizen

Start: 24-10 18 t/m 70 jaar

4 x op ma. € 8,-

## BASKETBAL

Sietsema Highlanders - Uithuizen

Start: 25-10 9 t/m 12 jaar

4 x op di. Gratis

## BOOTCAMP

Kameleon-Loopbegeleiding - Uithuizen

Start: 26-10

18 t/m 80 jaar

1 x op wo. Gratis

## FITNESS - CIRCUIT TRAINING

Kameleon-Loopbegeleiding - Usquert

Start: 25-10 18 t/m 100 jaar

1 x op di. Gratis

## FREERUNNING

Turning Winsum - Winsum

Start: 26-10 of 11-01

8 t/m 16 jaar

6 x op wo. € 5,-



## GYMNASTIEK

Gymnastiekvereniging Kloosterburen/

Pieterburen - Pieterburen

Start: 27-10 40 t/m 95 jaar

2 x op do. € 10,-

Iedereen Vitaal Groningen - Leens of

Kloosterburen

Start: 24-10 of 27-10

65 t/m 85 jaar

2 x op ma. of do. Gratis

SVU - Uithuizen

Start: 24-10, 26-10 of 27-10

2 t/m 90 jaar

4 x of 8 x op ma., wo. of do. € 8,-

Turning Winsum - Winsum,

Start: 24-10, 26-10, 27-10, 09-01, 11-01 of 12-01

4 t/m 100 jaar

6 x op ma., wo. of do. € 5,-

## HARDLOPEN

Artemis Winsum - Winsum

Start: 24-10 of 26-10 16 t/m 80 jaar

4 x op ma. of wo. Gratis

Kameleon-Loopbegeleiding - Eenrum

of Uithuizen

Start: 25-10 of 27-10 15 t/m 80 jaar

1 x op di. of do. Gratis

## JUDO

Judo Academy Noord-Nederland -

Bedum

Start: 25-10 of 24-01 5 t/m 12 jaar

3 x op di. € 12,50

Judovereniging Bushido Winsum -

Winsum

Start: 03-11 4 t/m 100 jaar

3 x op do. Gratis



## KANOVAREN

Kanovereniging Winsum - Winsum

Start: 29-10 11 t/m 99 jaar

8 x op za. Gratis

## KORFBAL

Korfbalvereniging DWA/Argo - Winsum

Start: 17-11 6 t/m 11 jaar

6 x op do. Gratis

## NORDIC WALKING

Kameleon-Loopbegeleiding - Uithuizen

Start: 27-10

18 t/m 100 jaar

1 x op do.

Gratis

## REDDINGSZWEMMEN

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum

Start: 24-10 of 26-10

6 t/m 12 of 12 t/m 18 jaar

7 x of 6 x op ma. of wo. Gratis



herfst/winter  
2022/2023

www.hogelandbeweegt.nl

Hogeland  
Beweegt

## RONNIE GARDINER METHODE

Ronnie Gardiner Methode - Bedum  
Start: 05-11 of 21-01

18 t/m 100 jaar  
3 x op za. € 30,-

## TAFELTENNIS

TTV Aktief Winsum - Winsum  
Start: 27-10  
8 t/m 100  
4 x op do. Gratis

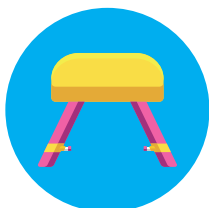


## TENNIS

LTC Bedum - Bedum  
Start: 24-10 of 26-10  
6 t/m 17 of 18 t/m 88 jaar  
1 x op ma. of wo. € 25,-

## TRIMZWEMMEN

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum  
Start: 26-10  
45 t/m 118 jaar  
8 x op wo. Gratis



## TURNEN

SVU - Uithuizen  
Start: 26-10  
6 t/m 10 of 11 t/m 15 jaar  
4 x op wo. € 8,-  
Turning Winsum - Winsum  
Start: 24-10 of 09-01  
6 t/m 7 of 8 t/m 10 jaar  
6 x op ma. € 5,-

## UNIHOCKEY

UFC Hogeland - Warrfum  
Start: 26-10  
5 t/m 14 jaar  
3 x op wo. Gratis

## VECHTSPOORT

Tai-Jutsu Roodeschool - Roodeschool  
Start: 28-10  
8 t/m 16 jaar  
8 x op vr. Gratis



## VOETBAL

vv Warffum - Warrfum  
Start: 24-10  
35 t/m 99 jaar  
8 x op ma.  
Gratis  
vv. Noordwolde - Noordwolde  
Start: 26-10, 29-10, 16-11, 08-02 of 11-02  
4 t/m 50 jaar  
3 x, 5 x of 4 x op wo. of za. Gratis

## VOLLEYBAL

A.V.V. Merna - Leens  
Start: 28-10, 18-11 of 09-12  
6 t/m 12 jaar  
3 x op vr.  
Gratis  
Turning Winsum - Winsum  
Start: 26-10 of 11-01  
25 t/m 85 jaar  
6 x op wo.  
€ 7,50

## WANDELEN

Kameleon-Loopbegeleiding - Uithuizen  
Start: 25-10 of 26-10  
18 t/m 100 jaar  
1 x op di. of wo.  
Gratis



## ZWEMMEN

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum  
Start: 27-10  
6 t/m 55 jaar  
8 x op do.  
Gratis

## ZWEMVAARDIGHEID

Zwemvereniging Aqua Bedum - Bedum  
Start: 29-10  
6 t/m 12 jaar  
8 x op za.  
Gratis



Colofon  
Hogeland Beweegt  
www.hogelandbeweegt.nl

Organisatie

Beweegteam Het Hogeland  
info@hogelandbeweegt.nl

Opdrachtgever

Gemeente Het Hogeland



Huis voor de Sport  
Groningen



Jongerenwerk  
Barkema & De Haan

aavormgeving  
www.aavormgeving.nl

## Spelregels Hogeland Beweegt

### Deelname

Alle inwoners van de gemeente Het 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 **4 oktober 2022**.

### 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 voordat 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.