

Sporten voor senioren en mensen met een chronische aandoening in Noordenveld

Seizoen 2017-2018



U hebt keuze uit een ruim en gevarieerd aanbod van sporten op uw eigen niveau.

Doe ook mee en kom in beweging!

Inhoud

Badminton	1
Bridge	2 - 3
Biljart / Dansen	4
Fietsen	5
Fitness	6 - 8
Yoga / Keep-fit	9 - 10
Fysiofitness / Fysiogym	10 - 16
Gymnastiek	17 - 19
Hardlopen	20
Jeu de Boules	21
Kaarten / Spelletjes	21 - 22
Kegelen / Koersbal / Klootschieten	22 - 23
Sport en beweging voor senioren	24 - 26
Schaatsen	27 - 28
Sport voor (ex) hartpatiënten	28
Tafeltennis	29
Tennis	30 - 31
Voetbal	31
Wandelsport	32
Zwemmen	33 - 35
Notities	36

Deze brochure kunt u ook vinden op www.gemeentenoordenveld.nl
en www.drenthe-beweegt.nl

Wijzigingen kunt u doorgeven aan Noël Weisenbach, telefonisch: 14 050
of per e-mail: n.weisenbach@gemeentenoordenveld.nl
www.welzijnnoordenveld.nl

Badmintonvereniging Space Shuttle - Roden

Contactpersoon: R. Brink
Telefoonnummer: (050) 501 32 13
E-mail: info@bv-spaceshuttle.nl
Website: www.bv-spaceshuttle.nl

Locatie: Sportcentrum De Hullen, Roden

Dinsdag: 20.30 - 22.30 uur

Aanbod voor volwassenen vanaf 18 jaar, inclusief 55-plussers

Badminton Club Norg - Norg

Contactpersoon: W. Timmers
Telefoonnummer: (0592) 614 479
E-mail: timmersnorg@live.nl

Locatie: De Brinkhof, Norg

Dinsdag: 20.30 - 22.30 uur

Vanaf 18 jaar, inclusief 55 jaar en ouder.

DEVO '68 - Roden

Contactpersoon: D. Drent
E-mail:
Website: www.devo68.nl

Locatie: De Hullen, Roden

Maandag: 19.45 - 22.30 uur

Bridgeclub Rôner Sans - Roden

Contactpersoon: Leo van Grieken
Telefoonnummer: 06 - 348 878 98
E-mail: ronersans@gmail.com

Locatie: Hotel Langewold, Roden

Maandag: 19.30 - 23.00 uur
Woensdag: 13.15 - 16.30 uur

*Voor bridgelessen kan contact op genomen worden met
mw. Els van Luijck, telefoonnummer: (050) 280 60 10*

Bridgeclub Peize

Contactpersoon: Roelie Wekema-Schuiling
Telefoonnummer: (050) 280 49 37
E-mail: roeliewekema@gmail.com
Website: www.nbbclubsites.nl/club/13037

Locatie: De Hoprank, Hoofdstraat 21, Peize

Donderdag: 19.15 – 23.00 uur

Bridge Club Roden

Contactpersoon: Liesbeth Holtrop
Telefoonnummer: 06 - 186 909 94
E-mail: liesbethholtrop@gmail.com
Website: www.nbbclubsites.nl/club/12022

Locatie: Onder de Linden, Brink 27, Roden

Dinsdag: 19.45 uur
Donderdag: 09.00 uur

Bridgeclub Klavertje Vier - Norg

Contactpersoon: Ellen Dijkstra
Telefoonnummer: (0592) 613 409
E-mail: Dijkstra.ep@gmail.com

Locatie: de Brinkhof, Brink 1, Norg

Dinsdag: aanvang - 19.30 uur
Vrijdag: aanvang - 13.30 uur

Biljartvereniging De Essen - Peize

Contactpersoon: R. Hakse
 Telefoonnummer: (050) 503 28 49
 E-mail: rehakse@hotmail.com

Locatie: Esweg 2, Peize

Maandag t/m Vrijdag van 09.00 - 22.00 uur

De vereniging biedt mogelijkheden om in een gezellige omgeving te biljarten voor jong en oud op verschillende ochtenden/middagen en avonden van de week. Ook vrouwen zijn van harte welkom.

Mocht u gehandicapped zijn maar toch willen spelen, neem dan contact op en wij vinden samen een oplossing.

Dansen

Vrouwen van Nu Roden - Volksdansen

Contactpersoon: mevr. T. Meinders
 Telefoonnummer: (050) 501 78 86
 E-mail: jentmeinders@telfortglasvezel.nl
 Website: www.vrouwenvannu.nl
(Klikken op; >provinciale afdelingen,>Drenthe,>lokale afdelingen,> Roden)

Locatie: Op de Helte, Helterbult 20, Roden

Dinsdag: 13.45 - 14.45 uur

Voor deze activiteit is het lidmaatschap van de Vrouwen van Nu verplicht.

Toerfietsclub NOAD - Peize

Contactpersoon: R. Sunderman
Telefoonnummer: (050) 503 36 52
E-mail: tfcNOAD@gmail.com
Website: www.tfcnoad.nl

Locatie: Peize, vanaf een centraal punt

Dames recreatief: Woensdag vanaf 09.00 uur
Heren recreatief: Woensdag vanaf 13.30 uur
Heren trimgroep: Donderdag vanaf 13.30 uur

Tijdstippen en dagen zijn afhankelijk van de wensen van de deelnemers.

Vrouwen van Nu Roden - Fietsen

Contactpersoon: Roelie Dagelet
Telefoonnummer: (050) 501 64 01 of 06 227 363 96
E-mail: a.j.c.dagelet@hetnet.nl
Website: www.vrouwenvannu.nl

(Klikken op; >provinciale afdelingen,>Drenthe,>lokale afdelingen,> Roden)

Locatie: De Brink, Roden

Dinsdag: start 13.30 uur (ongeveer 20 km)

Voor deze activiteit is het lidmaatschap van de Vrouwen van Nu verplicht.

Fitnesscentrum Roden - Roden

Contactpersoon: Dhr. B. de Groot
Telefoonnummer: (050) 501 30 00
E-mail: info@fitnesscentrumroden.nl
Website: www.fitnesscentrumroden.nl

Locatie: Kanaalstraat 60-D, Roden, t.o. De Vrijbouter en Intersport

Fit en vitaal ouder worden, wie wil dat nou niet. Voel je goed, zeker wanneer je een dagje ouder wordt. Fitnesscentrum Roden biedt tal van leuke uitdagende beweegprogramma's voor alle conditie niveaus om fit te worden of om fit te blijven. Zowel in groepsverband als individueel en altijd onder begeleiding van kundige, ervaren en aardige professionals. Kom langs en verbaas je over de ontspannen sfeer en de vele mogelijkheden die worden geboden bij het Fitnesscentrum in de voormalige zuivelfabriek van Roden. Kijk op de website en bel of mail voor een vrijblijvende afspraak. Uiteraard kunt u kosteloos kennismaken met fitness, groeps(senior) fitness, aqua fitness, vrij zwemmen, yoga of met andere activiteiten.

Palestra Wellnesscentre - Roden

Contactpersoon: Boris Esschendal
Telefoonnummer: (050) 501 19 19
E-mail: welkom@palestra-fitness.nl
Website: www.palestra-fitness.nl

Locatie: Groene Zoom 3, Roden

BBB

Maandag: 09.00 - 10.00 uur

Pilates

Dinsdag: 09.00 - 10.00 uur en 20.30 - 21.30 uur

Fifty-fit

Dinsdag: 10.00 - 11.00 uur

Donderdag: 11.00 - 12.00 uur

70+Fitness

Maandag: 10.30 - 11.30 uur

Donderdag: 15.00 - 16.00 uur

Circuittraining

Dinsdag: 09.00 - 10.00 uur

Donderdag: 09.00 - 10.00 uur

Yoga

Dinsdag: 11.00 - 12.00 uur

PowerYoga

Donderdag: 10.00 - 11.00 uur

Spinning

Maandag: 10.15 - 11.15 uur

Vrijdag: 09.00 - 10.00 uur

Fitness

Maandag t/m Vrijdag: 08.30 - 21.30 uur

Zaterdag: 08.30 - 12.30 uur

Zondag: 09.00 - 12.30 uur

Bewegingscentrum - Norg

Contactpersoon: Jeroen Grevink
 Telefoonnummer: (0592) 612 078
 E-mail: info@bcnorg.nl
 Website: www.bcnorg.nl

Locatie: Eenerstraat 52a, Norg

Maandag:

Qigong 09.30 uur
 Circuit training 10.30 uur
 Herstellende Yoga 10.30 uur
 Spinning 19.00 uur
 Pilates 19.00 uur

Woensdag:

BBB 09.00 uur
 Keep-fit 10.00 uur
 Spinning 20.00 uur

Vrijdag:

Circuit training 10.00 uur
 Yoga 20.00 uur
 Spinning 20.00 uur

Dinsdag:

Pilates 09.00 uur
 Pump 19.00 uur
 Sh'boem 20.00 uur
 Pilates 20.00 uur

Donderdag:

Pilates 19.00 uur
 Yoga 20.00 uur

Yoga / Pilates - Roderesch

Contactpersoon: Trijntje Hagenauw
 Telefoonnummer: 06 - 508 373 53
 E-mail: t.hagenauw@home.nl

Locatie: Dorpshuis 'Het RAShuys', Roderesch

Dinsdag: 10.30 - 11.30 uur

13.30 - 14.30 uur

Woensdag: 11.00 - 12.00 uur

19.00 - 20.00 uur

20.30 - 21.30 uur

Vrijdag: 09.00 - 10.00 uur

13.30 - 14.30 uur (mannen groep)

Groepjes van maximaal 10 personen inclusief kopje thee na.

Keep-fit Vlug en lenig - Roden

Contactpersoon: Arianne van Dijken (*secretaris*)
 Telefoonnummer: (050) 501 06 59
 E-mail: secretariaat@venl.nl
 Website: www.venl.nl

Locatie: Sportcentrum de Hullen, Roden

Maandag: 20.00 - 21.00 uur (Keepfit, gymzaal schonauwen)

Donderdag: 09.00 - 10.00 uur

Op vlotte muziek doet u, na een warming-up, oefeningen op de mat, waarbij alle spieren worden aangepakt. Door middel van deze gerichte trainingen wordt gewerkt aan een goede lichaamshouding, verbeteren en behouden van de conditie en vooral lekker in je vel zitten. Ervaren trainster Ria van der Made.

Tevens is het mogelijk vrijblijvend 3x een les bij te wonen.

Na deze lessen kunt u beslissen of u lid wil worden van V&L!

DSTV Peize - Peize

Contactpersoon: Gerard Duin
Telefoonnummer: (050) 364 33 32
E- mail: secretariaat@dstv-peize.nl
Website: www.dstv-peize.nl

Locatie: Sporthal, Peize

Maandag: 20.00 - 21.15 uur (Conditiegym)
Woensdag: 20.30 - 21.30 uur (Pilates)
Vrijdag: 09.30 - 10.30 uur (Keep Fit)

Locatie: Dorpshuis De Essen, Dorpsweg 2, Peize

Donderdag: 19.00 - 20.30 uur (Yoga)
Donderdag: 20.30 - 22.00 uur (Yoga)
Donderdag: 18.00 - 19.00 uur (Piloga)

U mag altijd een keer komen kijken en meedoen.

Fysiofitness / Fysiogym**Fysiotherapie B.C. van Veenen - Roden**

Contactpersoon: B.C van Veenen, H. van Veenen
Telefoonnummer: (050) 501 26 36
E-mail: veenenfysio@planet.nl
Website: www.veenenfysio.nl

Locatie: Nieuweweg 2, 9301GR Roden

Maandag t/m vrijdag op verschillende tijden.

Fysiotherapie Norg - Norg

Contactpersoon: Peter Bertram
Telefoonnummer: (0592) 613 434
E-mail: info@fysiotherapienorg.nl
Website: www.fysiotherapienorg.nl

Locatie: Roeghoornweg 1, Norg

Maandag: 20.00-21.15 uur (Yoga)
Dinsdag: 17.00 - 18.00 uur
Donderdag: 18.30 - 19.30 uur
19.30 - 20.30 uur
Vrijdag: 15.00-16.00 uur

Medische trainingstherapie/medische fitness voor iedereen op elk niveau. Een aangepast, individueel trainingsprogramma voor zowel mensen met een beperking, lichamelijke klacht als mensen die lekker willen bewegen. Deelnemers worden door een fysiotherapeut begeleid. Gesupervicieerde looptraining claudicatio klachten (etalagebenen) via ClaudicatioNet. Beweegprogramma's longziekten, hartklachten en COPD

Flores Fysiotherapie

Contactpersoon: Donna Flores
Telefoonnummer: 06 - 330 897 92 / (050) - 364 49 67
E-mail: info@floresfysiotherapie.nl
Website: www.floresfysiotherapie.nl

Locatie: Ereprijs 31, 9302 AM Roden

O.a. Fysiofit, Nordic Walking en andere beweegprogramma's. Neem gerust een kijkje op de website of bel voor meer informatie.

Maatschap fysio- en manuele therapie - Roden

Contactpersoon: H. Timmerman
Telefoonnummer: (050) 501 82 52
E-mail: info@fysiotherapie-roden.nl
Website: www.fysiotherapie-roden.nl

Locatie: Rietdekker 13, Roden

Dinsdag: 09.00 - 11.30 uur (vrouwen)
Dinsdag: 18.30 - 19.30 uur (heren)
Woensdag: 20.00 - 22.00 uur (vrouwen)
Donderdag: 09.00 - 11.30 uur (vrouwen)

De Boer en Maschewski Fysiotherapeuten

Contactpersoon: E.P. de Boer
Telefoonnummer: (050) 501 27 25
E-mail: deboer-maschewski@zonnet.nl
Website: www.deboer-maschewski-fysiotherapeuten.nl

Locatie: Gymzaal Valkhof, Roden (Pilates)

Woensdag: 18.30 - 19.30 uur

Locatie: Sporthal, Peize (Fysiogym mannen)

Donderdag: 09.00 - 10.00 uur

Locatie: De Hullen, Roden

Vrijdag: 09.30 - 10.30 uur (fysiogym vrouwen)
10.30 - 11.30 uur (pilates)

Kinesio Fysiotherapie - Peize

Contactpersoon: A. Koopman
Telefoonnummer: (050) 503 29 96
E-mail: info@fysiotherapie-kinesio.nl
Website: www.fysiotherapie-kinesio.nl

Locatie: Zuivelplein 32, Peize

Beweging voor iedereen! Onze trainingen zijn voor iedereen toegankelijk. Heb je bewegingsklachten? Overleg dan met de fysiotherapeut welke training je zou kunnen doen.

ONZE TRAININGEN

Fysiofit conditie, kracht en lenigheid voor 80⁺ ers

Maandag: 11.00 - 12.00 uur in de praktijk Zuivelplein 32

Fysiofit conditie, kracht en lenigheid voor 50⁺ ers

Dinsdag: 09:00 - 10:00 uur in sporthal van Peize
10:00 - 11:00 uur in sporthal van Peize
11:00 - 12:00 uur in sporthal van Peize

Bootcamp train op je eigen niveau in de buitenlucht

Maandag: 20:00 - 21:00 uur (*beginners*)
20:00 - 21:00 uur (*gevorderden*)

Wandel je Fit sportief wandelen, lekker buiten, laagdrempelig

Dinsdag: 09:00 - 10:00 uur

Zwem je fit training voor mensen met gewrichtsklachten

Dinsdag: 19:15 - 20:00 uur

Praktijk de ROEF - Norg

Collectief voor Revalidatie Oefentherapie en Fysiotherapie

Contactpersoon: R. Zwartenkot, J. Velema

Telefoonnummer: (0592) 612 152 / 613 010

E-mail: info@praktijkderoef.nl

Website: www.praktijkderoef.nl

Locatie: Norg

Beweggroep 55+, bewust bewegen, Mensendieck

Locatie: Bewegingscentrum, Norg

Dinsdag: 09.30 - 10.15 uur

Parkinson oefengroepen, Medisch Fitness

Locatie: Bewegingscentrum, Norg

Woensdag: 10.00 - 11.00 uur

Parkinson oefengroepen

Locatie: Sportcentrum De Hullen, Roden

Donderdag: 10.00 - 12.00 uur

Diverse groepen Medisch Fitness voor verschillende doelgroepen, waaronder COPD, Reuma.

Variabele dagen

Het Dok - Roden Praktijk voor Fysio- en Oedeemtherapie

Contactpersoon: Beatrijs Douma - de Kok
Telefoonnummer: 06 - 418 641 81
E-mail: beatrijsoedeemfysiotherapie@live.nl
Website: www.dokfysio.com

Locatie: Fitnesscentrum, Kanaalstraat 60D, Roden

Maandag: op afspraak
Donderdag: op afspraak

Oefenprogramma op maat voor senioren en mensen met een beperking in groepjes (max. 3 pers.) 8 weken werken aan spierkracht en conditie gedurende 2x per week in de sportschool en 1x thuis.

Roden Fit en Gezond - Roden

Contactpersoon: Dorien van Bommel
Telefoonnummer: (050) 501 65 17
E-mail: info@sastago.nl
Website: www.rodenfitengezond.nl

Locatie: Wisselend

Voor het starten van het programma en de tijden, kijk op de website.

Er wordt kennis gemaakt met verschillende sporten zoals fitness, wandelen, aqua jogging, fietsen en tennis. Daarbij is extra begeleiding aanwezig en wordt voorlichting gegeven over voeding, beweging, gedachte patronen en mindfulness.

Fysio In Beweging - Roden

Contactpersoon: Trijntje Hagenauw
Telefoonnummer: 06 - 508 373 53
E-mail: t.hagenauw@home.nl

Locatie: Sportcentrum De Hullen, Roden

Maandag: 20.00 - 21.00 uur (Keep Fit ruimte)

Yoga/'Pilates' ofwel grondgymnastiek in kleine groepjes van maximaal 10 ingeschrevenen.

De oefentherapie wordt gegeven door een ervaren fysiotherapeute. De groepjes worden bewust klein gehouden, opdat aan een ieder aandacht gegeven kan worden. Ruime inhaalmogelijkheden.

(Oefen)Therapie aan huis in Noordenveld

Contactpersoon: R. Zwartenkot
Telefoonnummer: 06 - 303 784 19 / (0592) 612 152
E-mail: info@oefentherapienorg.nl
Website: www.thuiszorgtherapie.nl

In nauwe samenwerking met verschillende thuiszorgorganisaties wordt behandeling (therapie) aan huis aangeboden, vergoeding afhankelijk van uw zorgverzekering.

Voor als u in uw thuissituatie tegen fysieke beperkingen aanloopt, valneiging krijgt of er tegenop gaat zien om de deur uit te gaan. Of eventueel tijdelijk voor revalidatie, nazorg of na een verblijf in het ziekenhuis of revalidatiecentrum.

Doelgroep: kwetsbare ouderen, chronisch zieken en mensen in een palliatieve fase.

Gymnastiekvereniging V.O.G. - Nieuw-Roden

Contactpersoon: Mevr. K. Hoven - Cazemier
Telefoonnummer: (0592) 656 661
E-mail: secretariaat@vognieuwroden.nl
Website: www.vognieuwroden.nl

Locatie: Sportzaal OBS de Poolster Nieuw-Roden

Woensdag: 08.30 - 09.30 uur (*Blijf fit*)

*Gymnastiekvereniging VOG heeft een speciale les voor actieve dames en heren van 55 jaar en ouder: **Blijf Fit** Er wordt vaak gezien dat als men ouder wordt, de beweging behoorlijk afneemt. Toch is het goed om regelmatig te blijven bewegen om zo de spieren en gewrichten soepel en sterk te houden. Toestellen worden niet meer gebruikt bij deze les, de oefeningen zijn vooral gericht op het versterken van de spieren en het verbeteren van de conditie maar er is natuurlijk ook ruimte voor gezelligheid! De les begint altijd met een warming-up, alle spiergroepen komen aan bod. Er is vaak een spelelement in de les, alle spiergroepen komen aan bod, er wordt vaak op muziek gewerkt en iedere week is er een andere invulling van de les.*

De oefeningen worden staand, op de bank of op een stoel gedaan en er wordt rekening gehouden met eventuele lichamelijke beperkingen. Als een oefening te zwaar is dan kan deze worden overgeslagen of aangepast naar het eigen niveau. Zo is de Blijf Fit les voor iedereen toegankelijk.

Naast het sportieve karakter heeft deze gymles ook een sociaal aspect. Het is fijn om in contact te zijn met leeftijdsgenoten. Naast de wekelijkse les wordt er ook een paar keer per jaar een activiteit georganiseerd. Dit varieert van samen fietsen tot een leuk uitstapje of een ochtend koffiedrinken met wat lekkers erbij.

Vrouwen van Nu Roden - Gymnastiek

Contactpersoon: Coba van Bergen

Telefoonnummer:

E-mail: a.j.c.dagelet@hetnet.nl

Website: www.vrouwenvannu.nl

(Klikken op; >provinciale afdelingen,>Drenthe,>lokale afdelingen,> Roden)

Locatie: Sportcentrum De Hullen, Roden

Dinsdag: 08.45 - 09.30 uur

09.30 - 10.15 uur

Voor deze activiteit is het lidmaatschap van de Vrouwen van Nu verplicht.

Gymnastiekvereniging S.V.O. - Roderesch

Contactpersoon: mevr. M. Hingstman-Hut

Telefoonnummer: (050) 501 43 95

Locatie: Gymzaal Roderesch

Maandag: 19.00 - 20.00 uur

20.00 - 21.00 uur

Onder deskundige leiding oefeningen, ter verbetering van o.a. evenwicht en conditie. Eerste 3 kennismakingslessen gratis.

Gymnastiekvereniging Kracht & Vriendschap - Norg

Contactpersoon: Secretariaat K&V
Telefoonnummer: (0592) 614 485
E-mail: info@kv-norg.nl
Website: www.kv-norg.nl

Locatie: Dorpshuiszaal de brinkhof, Norg
Maandag: 09.00 - 10.00 uur *Keep Fit (volwassenen)*
10.00 - 11.00 uur *Pilates (volwassenen)*

Locatie: Gymlokaal basisschool de Hekakker, Norg
Maandag 20.30 - 21.30 uur *B&B*
Dinsdag 19.30 - 20.30 uur *Conditietraining dames*
20.30 - 21.30 uur *Pilates / Bodyshape*

Loopgroeproden - Roden

Contactpersoon: Paul Oude Vrielink
Telefoonnummer: 06 - 301 837 50
E-mail: info@loopgroeproden.nl
Website: www.loopgroeproden.nl

Locatie: Trainingen starten bij ingang VV Roden

Woensdag: 19.45 uur
Donderdag: 19.45 uur
Zondag: 09.30 uur

Stichting loopsport Norg - Norg

Contactpersoon: E. Wendel
Telefoonnummer: (0592) 614 141
E-mail: loopsportnorg@home.nl
Website: www.loopsportnorg.nl

Locatie: Parkeerplaats tegen over Norgerberg

Zondag: 09.30 uur

55-plussers trainen mee in de (mix) groep

DSTV Peize - Peize

Contactpersoon: Harry Kuipers
Telefoonnummer: 06 - 115 250 18
E-mail: hbkuipers@home.nl
Website: www.dstv-peize.nl

Locatie: Café Kok bij de Pol, Peize

Dinsdag: 19.30 - 20.30 uur
Woensdag: 19.30 - 20.30 uur (*beginners*)

Jeu de Boulesclub “Roon” - Roden

Contactpersoon: B. Henstra
Telefoonnummer: (050) 503 25 80
E-mail: bart.henstra@hetnet.nl

Locatie: Rietdekker (Gebouw Vasalis), Roden

Dinsdag: 14.00 - 16.00 uur
Woensdag: 14.00 - 16.00 uur
Vrijdag: 14.00 - 16.00 uur

Jeu de Boules - Norg

Contactpersoon: T. Rozenveld
Telefoonnummer: (0592) 613 445

Locatie: Jeu de Boules banen Zwaneveld

Zaterdag: 14.00 - 17.00 uur

Kaarten / Spelletjes**Noorderkroon**

Telefoonnummer: (050) 501 89 50 (info en aanmelding)
Email: noorderkroon@zorggroepdrenthe.nl
Website: www.zorggroepdrenthe.nl

Locatie: Noorderkroon Noorderkroon 100, 9301 JV Roden

Maandag: 14.00 uur aanvang (Bridgen en klaverjassen)
Dinsdag: 14.30 uur aanvang (Sjoelen)

V.V. Veenhuizen - Veenhuizen

Contactpersoon: H. van Bruggen
Telefoonnummer: (0592) 388 294
E-mail: info@vvveenhuizen.nl
Webstie: www.vvveenhuizen.nl

Locatie: Hoofdweg 132, Veenhuizen

Van september t/m april,
1x in de maand op woensdag, aanvang 19.30 uur

Soos 50+ - Peize

Contactpersoon: Stichting Dorpshuis Peize
Telefoonnummer: (050) 280 00 95
E-mail: info@dorpshuispeize.nl
Webstie: www.dorpshuispeize.nl

Locatie: Esweg 2, Peize

Maandag: 13.30 - 16.30 uur (1x per 2 weken)
Spelletjes met onder andere; hartenjagen, jokeren, klaverjassen, rummicub en sjoelen.

Kegelen**Kegelclub Langewold - Roden**

Contactpersoon: Anneke Kortland
Telefoonnummer: (050) 501 34 60

Locatie: Hotel Langewold, Roden

Maandag: 14.00 - 16.00 uur
Dinsdag: 20.00 - 22.00 uur

Koersbal - Peize

Contactpersoon: Martine Klasen
Telefoonnummer: (050) 503 38 17
Contactpersoon: Kitty Wever
Telefoonnummer: (050) 317 65 00
E-mail: kitty.wever@home.nl

of: (050) 280 00 95 (Stichting Dorpshuis Peize)
E-mail: info@dorpshuispeize.nl
Website: www.dorpshuispeize.nl

Locatie: Esweg 2, 9321 BN Peize

Donderdag: 13.30 - 16.00 uur

Klootschieten**Klootschiet- en Jeu de boulesvereniging
"Klootje vooruit" - Steenbergen**

Contactpersoon: A. Wegerif
Telefoonnummer: (0592) 656 678

Locatie: Markeweg 6, Steenbergen

Zondag: vanaf 09.30 tot ca. 13.00 uur

Elke 2e zondag van de maand komt de groep bijeen. Je hebt de keuze om te klootschieten of om jeu de boules te beoefenen.

NB. Lidmaatschap alleen mogelijk voor (ex-) inwoners van Steenbergen.

Welzijn in Noordenveld - Roden Gymnastiek

Contactpersoon: Tessa Steghuis
Telefoonnummer: (050) 317 65 00
E-mail: tessasteghuis@welzijnnoordenveld.nl
E-mail: maschamulder@welzijnnoordenveld.nl
Website: www.welzijnnoordenveld.nl

Locatie: sportzaal, 't Hoge Holt, Lijsterbesstraat 1, Roden

Donderdag: 15.30 - 16.15 uur (*dames*)

Donderdag: 16.15 - 17.00 uur (*heren*)

Iedere week andere oefeningen om uw lichaam in een goede conditie te brengen en te houden en uw spieren soepel te houden. Er is aandacht voor coördinatie, balans, valpreventie, kracht en uithoudingsvermogen.

Welzijn in Noordenveld - Roden MBvO

Contactpersoon: Tessa Steghuis
Telefoonnummer: (050) 317 65 00
E-mail: tessasteghuis@welzijnnoordenveld.nl
E-mail: maschamulder@welzijnnoordenveld.nl
Website: www.welzijnnoordenveld.nl

Locatie: "De Noorderkroon", Roden *

Vrijdag: 09.45 - 10.30 uur

10.45 - 11.30 uur

****Deze lessen zijn ook geschikt voor scootmobiel of rolstoelgebruikers***

Bewegen op muziek in uw eigen tempo! Iedere week andere oefeningen om uw lichaam in een goede conditie te brengen en te houden en uw spieren soepel te houden. Er is aandacht voor coördinatie, balans, valpreventie, kracht en uithoudingsvermogen.

Welzijn in Noordenveld – Roderwolde

Contactpersoon: Tessa Steghuis
Telefoonnummer: (050) 317 65 00
E-mail: tessasteghuis@welzijnnoordenveld.nl
E-mail: maschamulder@welzijnnoordenveld.nl
Website: www.welzijnnoordenveld.nl

Locatie: Dorpshuis De Doefkamp, Roderwolde*

Vrijdag: 14.45 – 15.30 uur

****Deze lessen zijn ook geschikt voor scootmobiel of rolstoelgebruikers***

Bewegen is leuk, helemaal met muziek erbij!

In een gezellige groep, wie wil dit nu niet?

Iedere week een ander programma met bijvoorbeeld hoepels, ballen of dyna bands. Zo houdt u uw spieren soepel. U doet mee op uw eigen tempo. Uw docent is Annie Bos.

Beweggroep De Garve - Norg

Contactpersoon: Mevr. A.J. Siegers, Norg
Telefoonnummer: (0592) 612 209
Docent: M. Jaspers

Locatie: De Garve, Norg

Dinsdag: 09.45 - 10.30 uur

Laagdrempelige gymnastiek, staand en lopend als het kan

Beweggroep De Vijversburg - Norg

Contactpersoon: Jeroen Greving
Telefoonnummer: (0592) 612 078
E-mail: info@.bcnorg.nl

Locatie: De Vijversburg, Norg

Dinsdag: 10.00 - 10.45 uur (Gymnastiek)

Gezond Sportief - Norg

Contactpersoon: Koosje Meiborg
Telefoonnummer: 06 - 519 108 03
E-mail: koosjemeiborg@msn.com
Website: www.gezond-sportief.nl

Locatie: De Brinkhof, Norg

Woensdag: 10.00 - 11.00 uur

Pittige gymnastiek, een deel lopend, grondoefeningen op de mat of op de stoel, krachttraining, badminton, allerlei spelvormen en circuittraining. Niets moet, je doet wat je kunt. De lessen hebben als doel ondersteuning van de gezondheid zodanig dat het bijdraagt aan lang en goed zelfstandig blijven.

Het jaar wordt altijd afgesloten met een gezamenlijk uitstapje.

Senioren gym - Peize

Contactpersoon: Stichting Dorpshuis Peize
Telefoonnummer: (050) 280 00 95
E-mail: info@dorpshuispeize.nl
Website: www.dorpshuispeize.nl

Locatie: Esweg 2, Peize

Vrijdag: 13.30 - 14.15 uur

IJsvereniging Eensgezindheid - Westervelde

Contactpersoon: J. Kleef
Telefoonnummer: (0592) 613 660
E-mail: ijsvereniging.westervelde@home.nl

Locatie: Hoofdstraat, Westervelde

Alle dagen dat er natuurijs ligt tot ca. 21.00 uur.

STC Roden - Roden

Contactpersoon: Bettie Clevering
Telefoonnummer: (050) 527 53 30
E-mail: secretariaat@stcroden.nl
Website: www.stcroden.nl

Locatie: Kardinge, Groningen

Dinsdag: 18.30 - 19.45 uur
Donderdag: 19.00 - 20.15 uur

IJsvereniging RAS - Roderesch

Contactpersoon: Abel Mulder (voorzitter ijsver RAS)
Adres: Norgeweg 10, 9306 TA Alteveer
Telefoonnummer: (050) 501 48 74
Mobiel: 06 - 229 965 21
E-mail: mulder-a@planet.nl

Locatie: Melkweg 1y, Alteveer

Alle dagen dat er natuurijs ligt tot ca. 21.00 uur.

Schaatsvereniging NoordOost Drenthe

Contactpersoon: Susanne Satijn
Telefoonnummer: (0592) 613 990
E-mail: secretaris@svnoordoostdrenthe.nl
Website: www.svnoordoostdrenthe.nl

Locatie: Kardinghe Groningen (oktober t/m februari)
Bij wielersbaan Assen, naast De Bonte Wever,
(mei t/m oktober, uitgezonderd zomervakantie)

Woensdag: 10.00 uur (trimmers)
Vrijdag: 19.00 uur (trimmers)

Sport voor (ex) hartpatiënten**Sportvereniging Op Dreef - Norg**

Contactpersoon: Mevr. Mattie de Boer
Telefoonnummer: (0594) 516 802
Secretariaat: Hr. Jannes van Zanten (voorzitter)

Locatie: Sportcentrum De Hullen, Roden

Vrijdag: 08.45 - 09.45 uur

Elke week wisselend diverse zaalsporten voor (ex)hartpatiënten.

Tafeltennisvereniging Rotak - Leek / Roden

Contactpersoon: Alex Westers
Telefoonnummer: (0594) 857 911
E-mail: secretariaat@ttvrotak.nl
Website: www.ttvrotak.nl

Locatie: Rodenburghal, Leek

Donderdag: 19.30 - 23.00 uur

Rotak is de tafeltennisvereniging voor Leek, Roden en omstreken! We zijn een kleine vereniging en bestaan al meer dan 25 jaar. We hebben de intentie om te groeien tot een middelgrote vereniging. Gezelligheid staat bij ons voorop! Sinds de oprichting hebben we gespeeld in gymzaal De Klimop in Roden, maar sinds de zomer van 2013 spelen we in onze nieuwe accommodatie De Rodenburghal in Leek. Deze sporthal is voorzien van een nieuwe houten sportvloer en heeft een prachtige kantine met zicht op de zaal. Dit biedt de mogelijkheid om het tafeltennissen onder het genot van een drankje te bekijken en gezellig met elkaar na de wedstrijd na te tafelen. En in de vakanties kunnen we hier gewoon doorspelen. Onze speelavond is de donderdag van 19.30 tot ca. 23.00 uur. Op dit moment heeft Rotak twee seniorenteams actief in de Fries / Groninger competitie op verschillende niveaus.

We organiseren veel onderlinge toernooien zoals de clubkampioenschappen, het dubbeltoernooi en het plankjestoernooi. Ook doet een delegatie steevast mee met regionale toernooien zoals de Groninger kampioenschappen.

Tennisvereniging REO - Roden

Contactpersoon: M. Witlox
Telefoonnummer: 06 - 483 529 34
E-mail: secretariaat@reotennis.nl
Website: www.reotennis.nl

Locatie: Borglaan, Roden

Baan toegankelijk van april t/m oktober van 08.00 - 23.00 uur

Inlooptennis;

Maandag: 10.00 - 12.00 uur

Vrijdag: 18.30 - 21.30 uur

Norgert Tennis Vereniging - Norg

Contactpersoon: Greetje Eggens
Telefoonnummer: (0592) 612 304
E-mail: info@norgertv.nl
Website: www.norgertv.nl

Locatie: Eenerstraat 50, Norg

Dagelijks: Wanneer de weersomstandigheden het toelaten kan er op alle dagen gespeeld worden.

Elke vrijdagavond Senioren Toss vanaf 19.00 uur. Elke woensdagochtend koffietennis. Elke zaterdagochtend Toss vanaf 10.00 uur. Verder gedurende het hele jaar vele activiteiten voor diverse doelgroepen. Specifieke toernooien voor 55+. Wilt u meer weten? Kijk op onze website. Toegankelijk voor mensen met een beperking.

Tennisvereniging Roderwolde - Roderwolde

Contactpersoon: H. Balster
Telefoonnummer: (050) 312 03 83
Website: www.roderwoldetennis.nl

Locatie: Diaconielaan, Roderwolde

Maandag en donderdag vanaf: 19.00 uur
Leden alle leeftijden

Voetbal**V.V. Gomos - Norg**

Contactpersoon: D. Auwema
Telefoonnummer: (0592) 613 318
E-mail: leden@gomos.nl
Website: www.gomos.nl

Locatie: Sportpark Schapendrift, Norg

Dinsdag: 20.00 - 21.00 uur
Donderdag: 20.00 uur (trainingsavond)
Zondag: 10.00 uur (wedstrijden)

*V.V. Gomos biedt ook 35+ en 45+ 7 - tegen - 7 voetbal aan!
Informeer vrijblijvend naar de mogelijkheden om in recreatief
verband en op een klein(er) veld te voetballen.*

Vrouwen van Nu Roden - Wandelen / NordicWalking

Contactpersoon: mevr. AJC Dagelet

Telefoonnummer: (050) 501 64 01

E-mail: a.j.c.dagelet@hetnet.nl

Website: www.vrouwenvannu.nl

(Klikken op; >provinciale afdelingen,>Drenthe,>lokale afdelingen,> Roden)

Locatie: start bij de entree van voetbalclub Roden

Maandag: start 13.30 uur **aanmelden niet nodig.**

Voor deze activiteit is het lidmaatschap van de Vrouwen van Nu verplicht. Niet geschikt voor mensen met een beperking.

Norger Zwem- en Poloclub - Norg

Contactpersoon: E.C. Huisman
E-mail: secretaris@zwemclubnorg.nl
Website: www.zwemclubnorg.nl
www.facebook.com/zwemclubnorg

Locatie: Molenduinbad, Norg

Maandag: 18.45 - 19.30 uur
Dinsdag 18.45 - 19.45 uur
Woensdag: 18.45 - 19.30 uur

Sportcentrum de Hullen - Roden

Contactpersoon: A. Laning - J. Horst
Telefoonnummer: (050) 501 92 68
E-mail: spc.deHullen@gemeentenoordenveld.nl
Website: www.sportcentrumdehullen.nl

Locatie: Ceintuurbaan zuid 6, Roden

Maandag: 10.15 - 10.45 uur (Trimzwemmen)
11.00 - 11.30 uur (Trimzwemmen)
20.30 - 21.00 uur (Aqua jogging)
21.00 - 21.30 uur (Trimzwemmen)
Dinsdag: 09.00 - 09.30 uur (Aqua jogging)
09.30 - 10.00 uur (Aqua jogging)
21.30 - 22.00 uur (Trimzwemmen)
Donderdag: 11.00 - 11.30 uur (Trimzwemmen)
13.00 - 13.30 uur (Trimzwemmen)

Toegankelijk voor mensen met een beperking.

Molenduinbad - Norg

Contactpersoon: Joost Veenema
Telefoonnummer: (0592) 61 28 12
E-mail: receptie@molenduinbad.nl

Locatie: Eenerstraat 52, Norg

Dinsdag: 09.00 - 09.30 uur (Fifty+ Fit)
Donderdag: 09.30 - 10.00 uur (Fifty+ Fit)
Vrijdag: 09.05 - 09.35 uur (Therapiezwemmen)
09.40 - 10.10 uur (Therapiezwemmen)
10.15 - 10.45 uur (Therapiezwemmen)

GSV Roden - Roden

Contactpersoon: Gea Geersing
E-mail: info@gsvroden.nl
Website: www.gsvroden.nl

Locatie: De Hullen, Roden

Woensdag: 19.00 - 21.45 uur

*Aangepast zwemmen, aquajoggen, en waterbasketbal.
De vereniging is voor mensen met een lichamelijke beperking
variërend van een chronische klacht tot een handicap (beperking).
Elke woensdagavond is de temperatuur van het zwemwater
tegen de 30 graden celsius.*

Welzijn in Noordenveld - Roden

Contactpersoon: Tessa Steghuis
Telefoonnummer: (050) 317 65 00
E-mail: tessasteghuis@welzijnnoordenveld.nl
maschamulder@welzijnnoordenveld.nl
Website: www.welzijnnoordenveld.nl

Locatie: Zwembad De Hullen, Roden

Woensdag: 08.30 - 10.00 uur
11.00 - 12.00 uur

*Een gezonde en gezellige activiteit in heerlijk warm water.
Zwemmen verbetert de conditie, verhoogt de mobiliteit en verbetert
de bewegingsmogelijkheden van gewrichten.
Er worden diverse materialen gebruikt en u kunt meedoen in uw
eigen tempo. De lessen duren een half uur en worden gegeven door
gediplomeerde instructeurs.*

ADRES
Gemeente Noordenveld
Raadhuisstraat 1
Roden

POSTADRES
Postbus 109
9300AC Roden

TELEFOON
14 050

WEBSITE/E-MAIL
www.gemeentenoordenveld.nl
postbus@gemeentenoordenveld.nl

september 2017