

Nationale Sportweek

19 t/m 28 september 2025

Datum	Activiteit	Tijd	Doelgroep	Locatie	Aanmelden
Maandag 22 september	Biljarten	13:00 – 16:30 uur	55+	De Vroone	Nee
	Lijkt het u leuk om een keer te biljarten en te zien of het wat voor u is? Doe dan mee met Biljart Club Kapelle! We zijn een gezellige groep en trainen in dorpshuis De Vroone.				
	QR-FIT Beweegroute	16:00 – 17:00 uur	18+	Wemeldinge	Ja
	Wilt u buiten en samen met anderen bewegen? Wandel dan gezellig mee met de QR-FIT Beweegroute! Onderweg doen we oefeningen voor kracht, balans en zelfstandig blijven bewegen. Aanmelden is gratis en kan via www.kapelleleeft.nl . We verzamelen op de parkeerplaats bij Club Casco.				
	Damesgymnastiek	19:30 – 20:30 uur	18+	De Bloesem	Nee
Dinsdag 23 september	Top Damesgymnastiek is een actief, sportief en gezellig groepje huisvrouwen. U bent van harte welkom om mee te doen! De eerste twee keer is gratis. Neem als u komt een badlaken mee.				
	Zwemtraining voor de jeugd	18:00 – 19:00 uur	Tot 12 jaar	De Bloesem	Nee
	Trainen voor de zwemsport met als mogelijk doel om mee te doen met zwemwedstrijden. Kom eens mee zwemmen en ontdek wat voor een leuke en gezellige vereniging De Bevelanders is!				
	Ouder/kind zwemmen	18:00 – 19:00 uur	Ouder en kind	De Bloesem	Nee
	Vindt u het leuk om samen met uw kind te sporten? Of vindt uw kind het misschien nog even spannend alleen? Tussen 18:00 en 19:00 uur kunnen ouders van kinderen die dat uur trainen en het leuk vinden dat uur ook banen zwemmen.				
	Zumba	19:00 – 20:00 uur	18+	De Wemel	Nee
	Doe gezellig mee met een les zumba! Aanmelden is niet nodig. Neem voor meer informatie contact op via movewithnicky@hotmail.com of 06-46 56 71 70.				
	Zwemtraining voor de jeugd	19:00 – 20:15 uur	12+	De Bloesem	Nee
	Trainen voor de zwemsport met als mogelijk doel om mee te doen met zwemwedstrijden. Kom eens mee zwemmen en ontdek wat voor een leuke en gezellige vereniging De Bevelanders is!				
	Banen zwemmen	20:15 – 20:45 uur 20:45 – 21:45 uur	Iedereen	De Bloesem	Nee
Woensdag 24 september	Ervaring of snel kunnen zwemmen is niet nodig. Iedere baan zwemt op zijn eigen niveau. Van gezellig op het gemakje tot heel snel kunnen zwemmen. Iedereen kan meedoen.				
	Circuittraining	20:30 – 21:30 uur	18+	Pleintje voor de Wemel	Nee
	Gratis proefles circuittraining voor volwassenen. Aanmelden is niet nodig. Neem voor meer informatie contact op via movewithnicky@hotmail.com of 06-46 56 71 70.				
	Koersbal	09:30 – 11:30 uur	Iedereen	De Vroone	Nee
	Doe gezellig een keer mee met de koersbal! Koersbal wordt 1 tegen 1 gespeeld. Het is een gezellig spel!				
	Prikroute	10:00 – 12:00 uur	Iedereen	Mozeskerk, Biezelingse	Ja
	Wandel gezellig mee met de prikroute. We vertrekken om 10:00 uur vanaf de Mozeskerk in Biezelingse. Robin Valentijn wandelt mee en na de wandeling drinken we nog een kopje koffie of thee. Aanmelden is gratis en kan via www.kapelleleeft.nl .				
Donderdag 25 september	QR-FIT Beweegroute	19:00 – 20:00 uur	18+	De Bloesem	Ja
	Met een gezellige groep wandelen we een uurtje door Kapelle. Onderweg doen we verschillende oefeningen voor evenwicht en kracht. Wandelt u gezellig mee? Aanmelden is gratis en kan via f.hoekstra@kapelle.nl .				
	Wandelen in Wemeldinge	09:30 – 10:30 uur	16 – 80 jaar	De Wemel	Nee
	Deze ochtend wandelen we ongeveer 5 kilometer in Wemeldinge. De wandeling kan ingekort worden. We verzamelen om 09:30 uur bij de Wemel. Na de wandeling drinken we gezellig een bakje koffie of thee bij de Wemel. Wandelt u met ons mee?				
	Sjoelen	13:30 – 16:00 uur	50+	De Wemel	Nee

Doe gezellig mee met de sjoelcompetitie! De eerste keer kunt u gratis meedoen.				
Dansworkshops Kidsdance & Streetdance	14:45 – 17:45 uur	3 – 13 jaar	De Wemel	Ja
* 14:45 – 15:30 uur: gratis proefles t/m groep 2. * 15:30 – 16:15 uur: gratis proefles groep 3 & 4. * 16:15 – 17:00 uur: gratis proefles groep 5 & 6. * 17:00 – 17:45 uur: gratis proefles groep 7, 8 & brugklas. Aanmelden kan via studiofree@zeelandnet.nl .				
Zwemtraining voor de jeugd	18:00 – 19:00 uur	Tot 12 jaar	De Bloesem	Nee
Trainen voor de zwemsport met als mogelijk doel om mee te doen met zwemwedstrijden. Kom eens mee zwemmen en ontdek wat voor een leuke en gezellige vereniging De Bevelanders is!				
Ouder/kind zwemmen	18:00 – 19:00 uur	Ouder en kind	De Bloesem	Nee
Vindt u het leuk om samen met uw kind te sporten? Of vindt uw kind het misschien nog even spannend alleen? Tussen 18:00 en 19:00 uur kunnen ouders van kinderen die dat uur trainen en het leuk vinden dat uur ook banen zwemmen.				
Fitmix	19:00 – 20:00 uur	18+	De Wemel	Nee
Doe gezellig mee met een les fitmix! Aanmelden is niet nodig. Neem voor meer informatie contact op via movewithnicky@hotmail.com of 06-46 56 71 70.				
Zwemtraining voor de jeugd	19:00 – 20:15 uur	12+	De Bloesem	Nee
Trainen voor de zwemsport met als mogelijk doel om mee te doen met zwemwedstrijden. Kom eens mee zwemmen en ontdek wat voor een leuke en gezellige vereniging De Bevelanders is!				
Circuittraining	20:15 – 21:15 uur	18+	Pleintje voor de Wemel	Nee
Gratis proefles circuittraining voor volwassenen. Aanmelden is niet nodig. Neem voor meer informatie contact op via movewithnicky@hotmail.com of 06-46 56 71 70.				
Banen zwemmen	20:15 – 20:45 uur 20:45 – 21:45 uur	Iedereen	De Bloesem	Nee
Ervaring of snel kunnen zwemmen is niet nodig. Iedere baan zwemt op zijn eigen niveau. Van gezellig op het gemakje tot heel snel kunnen zwemmen. Iedereen kan meedoen.				