

AMELANDER SPORTWEEK 2023



**nationale
sportweek**

Een week lang gratis sporten en bewegen! Doe jij ook mee?

Ameland is een actief, gezond en sportief eiland. Ter bevordering van de gezondheid, de sociale contacten en het sportplezier wil de gemeente Ameland dat iedereen op Ameland kan sporten en bewegen.

Tijdens de Amelander Sportweek van 9 tot en met 15 oktober kan je gratis sporten. Sportclubs, verenigingen en andere organisaties zetten hun deuren open. Een perfecte kans om gemakkelijk nieuwe sporten uit te proberen en samen sportplezier te beleven.

Doe je ook mee? Op www.ameland.nl/sport vind je meer informatie over het sportaanbod op Ameland.

Wil je meer weten? Of heb je een vraag over sport op Ameland?
Neem dan gerust contact op met de buurtsportcoach op Ameland:

Martine Kienstra | tel. 06-51198682 | martine.kienstra@sportfryslan.nl



#BEACTIVE #SPORTGEEFTJEEENBOOST

Bekijk ons programma op www.ameland.nl/sport
of volg ons via Facebook en Instagram ([Sport op Ameland](#)).



AMELANDER SPORTWEEK 2023

Wanneer? 9 t/m 15 oktober 2023

Waar? Diverse locaties op Ameland



Een week lang gratis sporten! Doe jij ook mee?

#NSW2023 #BEACTIVE #SPORTGEEFTJEEENBOOST

#BEACTIVE
Europese Week van de Sport



**nationale
sportweek**



Programma Jeugd

Een week lang gratis sporten, doen jullie ook mee?

	Locatie	Tijdstip	Leeftijd	Informatie en opgave
MAANDAG 9 OKTOBER				
Joran's gym	Sporthal Nes	16:00 - 17:00	Groep 3-4-5	sportclubnesburen@gmail.com
Joran's gym	Sporthal Nes	17:00 - 18:00	Groep 6-7-8	sportclubnesburen@gmail.com
WOENSDAG 11 OKTOBER				
Padel	Klein Vaarwater	13:30 - 14:15 14:15 - 15:00	Groep 6-7-8	zwembad@kleinvaarwater.nl Max. 10 kinderen per 45 min. Vol=vol
Blokarten	Ameland Adventure	15:00	Vanaf 12 jaar	Tel. 06-12930357
Nijntje gymnastiek	Sporthal Nes	16:00 - 16:30	2 - 3 jaar	sportclubnesburen@gmail.com
Nijntje gymnastiek	Sporthal Nes	16.30 - 17:00	Groep 1 & 2	sportclubnesburen@gmail.com
Volleybal jeugd	Sporthal Nes	16:00 - 17:00	Groep 5-8	sportclubnesburen@gmail.com
Volleybal BWS	Sporthal Nes	17:00 - 18:00	BWS	sportclubnesburen@gmail.com
Klimmen	Outdoor Ameland	16:00	Vanaf 6 jaar	Tel. 06-27226906
CrossFit Junior	Beweegzorg Ameland	18:00 - 19:00	Vanaf 9 jaar	contact@beweegzorg.nl
Badminton	Sporthal Nes	18:15 - 19:00	Groep 5-8	sportclubnesburen@gmail.com
DONDERDAG 12 OKTOBER				
Boksen	Beweegzorg Ameland	19:00 - 20:00	Vanaf 12 jaar	contact@beweegzorg.nl
VRIJDAG 13 OKTOBER				
Kids Paintball	Outdoor Ameland	16:00	Vanaf 8 jaar	Tel. 06-27226906
Survival Kids	Beweegzorg Ameland	16:30 - 17:30	Vanaf 8 jaar	contact@beweegzorg.nl

Wijzigingen voorbehouden.

Een aantal sportclubs, verenigingen en organisaties heeft nog meer sportaanbod. Wil je weten wat dit aanbod is, of wil je meer informatie over een sport? Neem dan een kijkje op hun website, of neem telefonisch of via de mail contact op.

Sportclub Nes-Buren

info@sc-nesburen.nl
06-15346736

Sportclub Amelandia

amelandia.nl
info@amelandia.nl
0519 554287

SCW Ameland

scw-ameland.nl
detoel@scw-ameland.nl
0519 542365

't Wantij

dorpshuiswantij.nl
info@dorpshuiswantij.nl
0519 543127

Beweegzorg Ameland

beweegzorgameland.nl
contact@beweegzorgameland.nl
085 2007 408

Fysiotherapie Metz de Boer

fysiotherapiemetzdeboer.nl
info@fysioameland.nl
0519 542442

Outdoor Ameland

outdoor-ameland.nl
info@outdoor-ameland.nl
06-27226906

Klein Vaarwater Ameland

kleinvaarwater-ameland.nl
zwembad@kleinvaarwater.nl
0519 542156

Ameland Adventure

amelandadventure.nl
info@amelandadventure.nl
06-12930357

Programma Volwassenen (geschikt voor senioren)

Een week lang gratis sporten, doet u ook mee?

	Locatie	Tijdstip	Informatie en opgave
MAANDAG 9 OKTOBER			
Fietsgroep Doortrappen	Start vanaf de Toel	13:30	Vrijblijvend langskomen
Power of the Heart	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
Eye for you	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
Inspanningslab	Beweegzorg Ameland	14:00 - 15:30	contact@beweegzorgameland.nl
CrossFit	Beweegzorg Ameland	18:00 - 19:00	contact@beweegzorgameland.nl
Hannie's Gym	Sporthal Nes	19:00 - 20:00	sportclubnesburen@gmail.com
BBB	Klein Vaarwater	19:00 - 19:45	fitness@kleinvaarwater.nl
Bootcamp	Beweegzorg Ameland	19:15 - 20:15	contact@beweegzorgameland.nl
DINSDAG 10 OKTOBER			
Oudergym	Praktijk Metz/de Boer	09:00 - 10:00	fysiotherapiemetzdeboer.nl
Power of the Heart	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
Eye for you	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
SeniorenFit	Beweegzorg Ameland	09:30 - 10:30	contact@beweegzorgameland.nl
BodyFlow	In overleg	19:30 - 21:00	Oane Veenstra: 06-44988264
Volleyballen	Sporthal Nes	19:30 - 21:00	sportclubnesburen@gmail.com
Work of the Day	Klein Vaarwater	19:00 - 21:00	fitness@kleinvaarwater.nl
Yoga	Fitness Klein Vaarwater	20:00 - 21:00	fitness@kleinvaarwater.nl
WOENSDAG 11 OKTOBER			
Power of the Heart	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
Eye for you	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
HIIT circuittraining	Beweegzorg Ameland	8:30 - 9:30	contact@beweegzorgameland.nl
Bootcamp	Beweegzorg Ameland	9:45 - 10:45	contact@beweegzorgameland.nl
Fifty Fit Fitness	Klein Vaarwater	10:00 - 11:00	fitness@kleinvaarwater.nl
Blokarten	Ameland Adventure	15:00	06-12930357
Padel	Klein Vaarwater	19:00 / 19:45	zwembad@kleinvaarwater.nl
Kracht circuit	Fitness Klein Vaarwater	19:00 - 19:45	fitness@kleinvaarwater.nl
Zwemtraining (v.a. 16 jr.)	Zwembad Klein Vaarwater	20:00 - 20:45	zwembad@kleinvaarwater.nl
DONDERDAG 12 OKTOBER			
Power of the Heart	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
Eye for you	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
Yoga	Beweegzorg Ameland	9:00 - 10:00	contact@beweegzorgameland.nl
SeniorenFit	Beweegzorg Ameland	9:30 - 10:30	contact@beweegzorgameland.nl
Aquafitness	Zwembad Klein Vaarwater	9:15 - 10:00	zwembad@kleinvaarwater.nl
Fietsgroep Doortrappen	Start vanaf Ons Hol	13:30	Vrijblijvend langskomen
CrossFit	Beweegzorg Ameland	18:30 - 19:30	contact@beweegzorgameland.nl
Boksen	Beweegzorg Ameland	19:00 - 20:00	contact@beweegzorgameland.nl
Calisthenics	Fitness Klein Vaarwater	19:00 - 20:00	fitness@kleinvaarwater.nl
Badminton	Sportclub Nes-Buren	19:00 - 20:00	sportclubnesburen@gmail.com
VRIJDAG 13 OKTOBER			
Proefles Vallen	Beweegzorg Ameland	15:00 - 16:30	contact@beweegzorg.nl
Power of the Heart	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
Eye for you	In overleg	In overleg	Oane Veenstra: 06-44988264
ZATERDAG 14 OKTOBER			
Loopgroep Ameland	Startlocatie Nes bij BRAVO	9.30 - 11.00	06-44988264

Wijzigingen voorbehouden.