



18 T/M 27

SEPTEMBER

NATIONALE SPORTWEEK MIDDEN-DRENTHE

KALENDER OPEN TRAININGEN

Nationale Sportweek Midden-Drenthe

Zin in beweging, plezier én nieuwe dingen proberen? Dan mag je de Sport- en Vitaliteitsweek in Midden-Drenthe niet missen! Van 18 tot en met 27 september staat de hele gemeente in het teken van sporten, ontdekken en gezond leven. Iedereen kan meedoen – of je nu een echte sportfanaat bent of gewoon benieuwd bent naar wat er allemaal te doen is.

Wat kun je verwachten?

- De beweegmarkt in Smilde en in Beilen: met demonstraties, proeflessen, gezondheidschecks en inspiratie voor een vitaal leven. Iedereen is welkom – jong én oud.
- Een bomvolle kalender met open trainingen bij allerlei sportverenigingen in de gemeente. Kom langs, doe mee en ontdek welke sport bij jou past!*

Deze week is dé kans om lekker in beweging te komen, kennis te maken met sportclubs uit de buurt en vooral veel plezier te hebben. Dus trek je sportkleden aan, neem je vrienden of ouders mee en doe mee!

**Staat de sport/activiteit waar jij een kijkje wilt nemen niet in de kalender? Neem dan gerust contact op met de locatie/vereniging om te vragen of je een keer kunt komen kijken of meedoen.*

Kom naar de beweegmarkten

Op de beweegmarkten vind je allerlei beweegaanbieders. Zoals verenigingen, fitness en wandelgroepen. Kom ook langs en ontdek hoe jij in beweging kan komen!

**05
sept**

Summerevent – beweegmarkt Smilde

🕒 13.00 – 17.00 uur 📍 Achter de Koepelkerk, Smilde
Onderdeel van het Summer Event

**18
sept**

Beweegfestival Beilen

🕒 14.00 – 17.00 uur 📍 Volta Beilen, De Omloop 5

Kalender open trainingen

Beilen

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Doelgroep
18 sept	16:45 – 18:30	Zwemmen	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	5 – 12 jaar
18 sept	18:00 – 19:00	Reddend zwemmen	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	Alle leeftijden
18 sept	19:00 – 20:00	Waterpolo	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	5 – 16 jaar
18 sept	19:00 – 20:00	Zelfverdediging	De Sprong, Beilen	Taekwondo KWON	6 – 12 jaar
18 sept	20:00 – 21:00	Waterpolo	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	16 – 60 jaar
18 sept	19:00 – 20:00	Zelfverdediging	De Sprong, Beilen	Taekwondo KWON	Vanaf 13 jaar
19 sept	10:00 – 11:00	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 – 12 jaar
19 sept	08:30 – 10:00	Zwemmen	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	5 – 16 jaar
21 sept	10:00 – 11:00	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 – 12 jaar
21 sept	15:30 – 16:15	Gymnastiek	De Drenthegal, Beilen	FIT Beilen	4 – 6 jaar
21 sept	16:15 – 17:15	Gymnastiek/turnen (meisjes)	De Drenthegal, Beilen	FIT Beilen	6 – 7 jaar
21 sept	17:15 – 18:15	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 – 12 jaar
21 sept	17:45 – 18:30	Zwemmen	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	5 – 16 jaar
21 sept	19:30 – 20:30	Gymnastiek/turnen	De Drenthegal, Beilen	FIT Beilen	Vanaf 13 jaar
22 sept	08:45 – 09:45	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 – 12 jaar
22 sept	17:15 – 18:45	Zwemmen	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	12 – 18 jaar
22 sept	17.00 – 18.00	Handbal (jongens)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	11 – 12 jaar
22 sept	17.00 – 18.00	Handbal	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	13 – 14 jaar
22 sept	18:00 – 19:00	Twirl	Notenkraker (Noordveen 21 Beilen)	AMDG Beilen	9 – 11 jaar
22 sept	18.00 – 19.00	Handbal (meisjes)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	13 – 14 jaar
22 sept	19.00 – 20.00	Handbal (meisjes)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	15 – 16 jaar

Beilen

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Doelgroep
22 sept	19:15 – 20:15	Twirl	Notenkraker (Noordveen 21 Beilen)	AMDG Beilen	12 – 17 jaar
22 sept	19:45 – 21:00	zwemmen (masters)	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	18 – 60 jaar
22 sept	20.00 – 21.30	Handbal (dames)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	Vanaf 17 jaar
22 sept	20:15 – 21:15	Twirl	Notenkraker (Noordveen 21 Beilen)	AMDG Beilen	Vanaf 18 jaar
22 sept	21.00 – 22.30	Handbal (heren)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	Vanaf 18 jaar
23 sept	10:00 – 11:00	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 – 12 jaar
23 sept	16:00 – 17:00	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 – 12 jaar
23 sept	18:00 – 18:45	Judo	Romhof 43, Beilen	Judovereniging Tachi	6 – 9 jaar
23 sept	18:45 – 19:30	Judo	Romhof 43, Beilen	Judovereniging Tachi	9 – 12 jaar
23 sept	19:30 – 20:30	Judo	Romhof 43, Beilen	Judovereniging Tachi	Vanaf 13 jaar
23 sept	18:30 – 19:45	Zwemmen (Selectie)	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	12 – 18 jaar
23 sept	19:45 – 20:45	Trimmer	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	18 – 60 jaar
24 sept	08:45 – 09:45	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 – 12 jaar
24 sept	17:15 – 18:15	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 – 12 jaar
24 sept	17:45 – 19:45	Zwemmen (Selectie)	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	12 – 18 jaar
24 sept	18:30 – 19:30	Handbal (meisjes)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	15 – 16 jaar
24 sept	19:30 – 21:00	Handbal (dames)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	Vanaf 17 jaar
24 sept	20.00 – 21:00	Handbal (dames)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	Vanaf 17 jaar
24 sept	21:00 – 22:30	Handbal (heren)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	Vanaf 18 jaar
24 sept	21:00 – 22:00	Masters	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	18 – 60 jaar
25 sept	08:45 – 09:45	Steps	De Drenthegal, Beilen	FIT Beilen	Alle leeftijden
25 sept	09:45 – 10:45	Aeronetics	De Drenthegal, Beilen	FIT Beilen	Alle leeftijden

Beilen

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Doelgroep
25 sept	10:45 - 11:45	Sport 60+	De Drenthegal, Beilen	FIT Beilen	Alle leeftijden
25 sept	16:00 - 17:00	Handbal	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	11 - 12 jaar
25 sept	16:30 - 17:30	Handbal	De Sprong, Beilen	HV Beilen	6 - 8 jaar
25 sept	16:45 - 17:45	Gymnastiek/turnen (jongens)	De Drenthegal, Beilen	FIT Beilen	6 - 9 jaar
25 sept	17:00 - 18:00	Handbal (jongens)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	13 - 14 jaar
25 sept	17:45 - 18:45	Gymnastiek/turnen (jongens)	De Drenthegal, Beilen	FIT Beilen	9 - 12 jaar
25 sept	18:15 - 19:15	Handbal	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	9 - 10 jaar
25 sept	19:00 - 20:00	Handbal (meisjes)	De Drenthegal, Beilen	HV Beilen	13 - 14 jaar
25 sept	19:45 - 20:45	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 - 12 jaar
25 sept	18:00 - 18:45	Judo	Romhof 43, Beilen	Judovereniging Tachi	6 - 8 jaar
25 sept	18:45 - 19:30	Judo	Romhof 43, Beilen	Judovereniging Tachi	9 - 12 jaar
25 sept	19:30 - 20:30	Judo	Romhof 43, Beilen	Judovereniging Tachi	13 - 15 jaar
25 sept	20:30 - 21:30	Judo	Romhof 43, Beilen	Judovereniging Tachi	Vanaf 16 jaar
25 sept	16:45 - 18:30	Zwemmen	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	5 - 12 jaar
25 sept	18:00 - 19:00	Reddend zwemmen	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	Alle leeftijden
25 sept	19:00 - 20:00	Waterpolo	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	5 - 16 jaar
25 sept	19:00 - 20:00	zelfverdediging	De Sprong, Beilen	Taekwondo KWON	6 - 12 jaar
25 sept	20:00 - 21:00	zelfverdediging	De Sprong, Beilen	Taekwondo KWON	Vanaf 13 jaar
25 sept	20:00 - 21:00	Waterpolo	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	16 - 60 jaar
26 sept	10:00 - 11:00	Hyrox	Kanaalweg 3 B Beilen	EK Hybrid Gym	0 - 12 jaar
26 sept	08:30 - 10:00	Zwemmen	Zwembad de Peppel, Beilen	ZPC de Spatters	5 - 16 jaar

Bovensmilde

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Doelgroep
18 sept	08:30 – 09:25	Spinning	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
18 sept	08:45 – 09:40	Balance	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
18 sept	09:30 – 10:25	Pilates	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
18 sept	09:45 – 10:40	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
18 sept	10:30 – 11:25	55+ training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 55 jaar
18 sept	10:45 – 11:40	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	08:30 – 09:25	55+ training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 55 jaar
21 sept	09:30 – 10:25	bbb	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	09:45 – 10:40	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	10:45 – 11:40	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	16:00 – 16:55	Mindful yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	17:15 – 18:10	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	18:30 – 19:25	Dance fitness	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	18:30 – 19:25	Mobility voor sporters	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	19:00 – 19:55	Spinning	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	19:30 – 20:25	Hatha yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	19:30 – 20:25	Stepbasic/bbb	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	20:30 – 21:25	Total body training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
21 sept	20:30 – 21:25	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
22 sept	09:00 – 09:55	55+ pilates	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 55 jaar
22 sept	10:00 – 10:55	55+ pilates	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 55 jaar
22 sept	11:00 – 11:55	55+ training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 55 jaar
22 sept	11:00 – 11:55	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar

Bovensmilde

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Doelgroep
22 sept	18:30 – 19:25	Hatha yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
22 sept	18:30 – 19:15	Bodyump	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
22 sept	19:30 – 20:25	Pilates	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
22 sept	19:30 – 20:25	Spinning	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
22 sept	19:30 – 20:25	Vinyasaflow	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
22 sept	20:30 – 21:25	Pilates	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
22 sept	20:30 – 21:25	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	08:30 – 09:25	Total body training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	09:30 – 10:25	bbb	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	09:45 – 10:45	Hatha yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	10:30 – 11:25	55+ training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 55 jaar
23 sept	11:00 – 11:55	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	18:30 – 19:25	Totalbody	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	18:30 – 19:15	Vinyasaflow	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	19:00 – 19:55	Spinning	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	19:30 – 20:25	Dance fitness	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	19:30 – 20:25	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	20:30 – 21:25	Tai chi	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
23 sept	18:00 – 19:00	Gymnastiek Basisschooljeugd	De Spil, Bovensmilde	WIK Bovensmilde	4 – 12 jaar
23 sept	19:15 – 20:15	Gymnastiek Senioren	De Spil, Bovensmilde	WIK Bovensmilde	Vanaf 60 jaar
23 sept	20:15 – 21:45	Volleybal recreanten mix	De Spil, Bovensmilde	WIK Bovensmilde	Vanaf 18 jaar

Bovensmilde

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Doelgroep
24 sept	08:45 – 09:45	Sportief wandelen	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
24 sept	10:00 – 10:55	55+ training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 55 jaar
24 sept	17:15 – 18:10	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
24 sept	18:30 – 19:25	Hatha yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
24 sept	18:30 – 19:25	Total body training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
24 sept	19:30 – 20:25	Balance	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
24 sept	19:30 – 20:25	Hyrox	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
24 sept	19:30 – 20:25	Spinning	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
24 sept	20:30 – 21:25	Pilates	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
25 sept	08:30 – 09:25	Spinning	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
25 sept	08:45 – 09:40	Balance	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
25 sept	09:30 – 10:25	Pilates	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
25 sept	09:45 – 10:40	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
25 sept	10:30 – 11:25	55+ training	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 55 jaar
25 sept	10:45 – 11:40	Yin yoga	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar
25 sept	19:30 – 20:25	Fitness	Hoofdweg 210, Bovensmilde	Sportique	Vanaf 16 jaar

Hoogersmilde

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Doelgroep
20 sept	10:00 – 11:00	Looptraining	Bosweg 27B, Hoogersmilde, Kantoor SBB	Loopgroep Smilde	Vanaf 18 jaar
27 sept	10:00 – 11:00	Looptraining	Bosweg 27B, Hoogersmilde, Kantoor SBB	Loopgroep Smilde	Vanaf 18 jaar

Smilde

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Leeftijd
23 sep	19:00 – 20.00	Looptraining	Gymzaal Kon.Emmastraat, Smilde	Loopgroep Smilde	Vanaf 18 jaar

Westerbork

Datum	Tijd	Open training	Locatie	Vereniging	Doelgroep
19 sept	09:00 – 10:00	Total body	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
21 sept	09:00 – 09:45	Crossgym	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
21 sept	19:00 – 19:45	Pilates	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
21 sept	19:00 – 19:45	Crossgym	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
21 sept	19:50 – 20:50	Yin Yoga	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
22 sept	09:00 – 09:45	Pilates	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
22 sept	19:00 – 19:45	Crossgym	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
22 sept	19:00 – 20:00	Pads & conditie training	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
22 sept	20:00 – 21:00	Kickboksen	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
23 sept	19:00 – 19:45	Pilates	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
24 sept	09:00 – 10:00	BBB (spierversterking groepsles)	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
24 sept	10:00 – 11:00	Senior FIT	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Vanaf 55 jaar
24 sept	19:30 – 21:00	Kickboksen	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
24 sept	20:00 – 20:45	Crossgym	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden
26 sept	09:00 – 10:00	Total body (Steps & Shape op muziek)	Hoofdstraat 55, Westerbork	QUENO Sport & Fitness	Alle leeftijden



lekkerleveninmiddendrenthe.nl



[/lekkerleveninmd](https://www.facebook.com/lekkerleveninmd)



[@lekkerleveninmiddendrenthe](https://www.instagram.com/lekkerleveninmiddendrenthe)