



## Gezellige sportieve dag op zaterdag 25 september

### !!!...Optreden van de kinderen van de gymgroepen...!!!

Om 10.00 uur zullen de kinderen van de gymgroepen een uitvoering verzorgen. We hopen dat alle ouders naar hun optreden in de gymzaal komen kijken!



### !!!...De hardlopgroep van SVS organiseert...!!!

**Hardloopclinic:** om eens te ervaren hoe een hardlooptraining gegeven wordt nodigen we je uit om mee te doen met de clinic. Gedurende ongeveer 30 min. ben je lekker actief bezig en zal je merken dat hardlopen heerlijk is om te doen en, niet te vergeten: iedereen kan meedoen!

**Kids-run:** graag lopen we samen met de kinderen uit het dorp! Daarom roepen we de kinderen (basisschoolleeftijd) op om gezellig mee te rennen. Het belooft een echte run te worden, inclusief start-finish en een leuke attentie bij binnenkomst. De route zal door de bouw van Steenwijkmoer gaan (afstand is ca. 750m lang). We hopen je te zien!

En... als afsluiter **een 5 km loop** (zowel wandelen als hardlopen) met als start en finish De Schalm!. Voor onze eigen sportieve hardlooptoppers, maar natuurlijk ook voor andere belangstellenden. Meld je gauw aan en ontvang je startnummer.



**13.00-13.30:** Clinic

**13.30-14.00:** Aanmelden kids-run en 5 km loop (mag ook vooraf via mail)

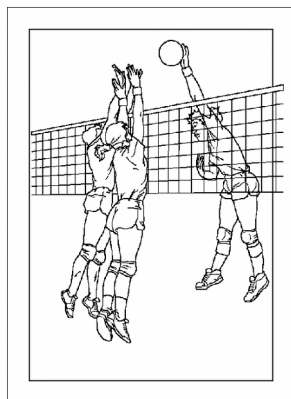
**14.00-14.30:** Kids-run

**14.30:** 5 km loop

In de week van 18 t/m 25 september zijn er open trainingen.

Kom eens langs om kennis te maken met onze sporten!

**Let op:** de open les van de Workout is op maandag 27 september! Graag even van tevoren aanmelden. Zie onderaan dit blad.



**Opgeven of meer info?**

stuur een mail naar:

[info@sportverenigingsteenwijksmoer.nl](mailto:info@sportverenigingsteenwijksmoer.nl)

of neem contact met op met

Daniëlle van der Veen tel: 06-29158225

Henrike Bosman tel: 06-51542915

**Sport voor alle inwoners van Steenwijksmoer en  
daarbuiten**

**Ons aanbod/lesrooster:**

**Maandag**

19.00 – 20.00u Workout volwassenen  
20.30 – 22.00u Volleybal Heren & Dames recreatief

**Dinsdag**

18.30 – 19.30u Bootcamp (parkeerplaats dorps huis)  
20.00 – 21.00u Hardlooptraining (beginners en gevorderden)

**Woensdag**

(19.30-20.30u) Pilates  
20.00 – 21.30u Volleybal Dames volwassenen

**Vrijdag**

15.30 – 16.15u Peutergym (vanaf 2 jaar)  
16.30 – 17.30u Recreatief turnen 1  
17.30 – 18.30u Recreatief turnen 2

**We zijn voor de pilates lessen nog op zoek naar een instructrice. Ken jij iemand die dit wil doen of heb je zelf interesse, neem dan contact met ons op!**