

Aanbod aangepast sporten Woerden, De Ronde Venen en Stichtse Vecht

<p>Algemeen Naam sport: Aikido Korte tekst/uitleg: Een Japanse Krijgskunst om jezelf geweldloos te leren verdedigen Naam organisatie/vereniging: Aikido Groene Hart Dag en tijd: Vrijdag van 18.30 tot 19.30 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Aikido Groene Hart – locatie Woerden Adres: Kallameer 2</p> <p>Anmelden Via: www.aikidogroenehart.net onder Gratis Proefles Contactpersoon: Peter van Lier Extra informatie: 5 lessen voor 25 euro</p>
<p>Algemeen Naam sport: Beter bewegen met Yael Korte tekst/uitleg: Gebaseerd op de bewegingstherapie Cesar, Fit worden en Fit blijven Naam organisatie/vereniging: Beter bewegen met Yael Dag en tijd: Maandag van 20.00 tot 21.00 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Muziekschool Maarssen Adres: Gaslaan 12, Maarssen Dorp</p> <p>Anmelden Via: 030-677 2599 of 06- 1991 0907 Contactpersoon: Yael Margolin Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: 10 tot en met 18 jaar Beperkingen: Neem s.v.p. vooraf even contact met ons op via de website</p>	<p>Doelgroep Leeftijd: Tot 65 jaar Beperkingen: Mensen met reuma, fibromyalgie, verschillende orthopedische en neurologische aandoeningen (Parkinson, na herstel van hersenaandoeningen)</p>
<p>Algemeen Naam sport: Beter bewegen met Yael Korte tekst/uitleg: Gebaseerd op de bewegingstherapie Cesar, Fit worden en Fit blijven Naam organisatie/vereniging: Beter bewegen met Yael Dag en tijd: Maandag van 11.00 tot 12.00 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: De Schakel Adres: Schoolstraat 13, Vleuten</p> <p>Anmelden Via: 030-677 2599 of 06- 1991 0907 Contactpersoon: Yael Margolin Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Mensen met reuma, fibromyalgie, verschillende orthopedische en neurologische aandoeningen (Parkinson, na herstel van hersenaandoeningen)</p>	<p>Doelgroep Leeftijd: Vanaf 65 jaar Beperkingen: Mensen met reuma, fibromyalgie, verschillende orthopedische en neurologische aandoeningen (Parkinson, na herstel van hersenaandoeningen)</p>
<p>Algemeen Naam sport: Beter bewegen met Yael Korte tekst/uitleg: Gebaseerd op de bewegingstherapie Cesar, Fit worden en Fit blijven Naam organisatie/vereniging: Beter bewegen met Yael Dag en tijd: Donderdag van 11.00 tot 12.00 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: De Schakel Adres: Schoolstraat 13, Vleuten</p> <p>Anmelden Via: 030-677 2599 of 06- 1991 0907 Contactpersoon: Yael Margolin Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Vanaf 65 jaar Beperkingen: Mensen met reuma, fibromyalgie, verschillende orthopedische en neurologische aandoeningen (Parkinson, na herstel van hersenaandoeningen)</p>	<p>Doelgroep Leeftijd: Zelfstandig wonende volwassenen Beperkingen: Klachten aan het bewegingsapparaat, of preventie (om klachten te voorkomen)</p>
<p>Algemeen Naam sport: Houdingsgym Korte tekst/uitleg: Oefeningen zonder materiaal, liggend, lopend, staand, zittend Naam organisatie/vereniging: Houdingsgym Dag en tijd: Donderdag van 08.30 tot 09.30 uur en van 09.45 tot 10.45 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Brediuschok Adres: Kievitstraat 40, Woerden</p> <p>Anmelden Via: 06 38 66 75 28 of houdingsgym@gmail.com Contactpersoon: Lucy Vismans Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Zelfstandig wonende volwassenen Beperkingen: Klachten aan het bewegingsapparaat, of preventie (om klachten te voorkomen)</p>	<p>Doelgroep Leeftijd: Volwassenen en senioren Beperkingen: Wanneer u slecht ter been bent en toch verder wilt komen op een actieve manier</p>
<p>Algemeen Naam sport: Loopfiets voor volwassenen Korte tekst/uitleg: 45 minuten gezamenlijk oefenen met de loopfiets, inclusief rek-en strekoefeningen</p>	<p>Locatie Naam locatie: Brediuspark Adres: Oudelandseweg tegenover nr. 1, naar de parkeerplaats van Oude Landt (inrijverbod negeren), Woerden</p> <p>Anmelden Via: 06 38 66 75 28 of loopfietsvolwassenen@gmail.com Contactpersoon: Lucy Vismans Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Volwassenen en senioren Beperkingen: Wanneer u slecht ter been bent en toch verder wilt komen op een actieve manier</p>	<p>Doelgroep Leeftijd: Volwassenen en senioren Beperkingen: Wanneer u slecht ter been bent en toch verder wilt komen op een actieve manier</p>
<p>Algemeen Naam sport: Badminton Korte tekst/uitleg: Badminton vereniging Veenshuttle geeft extra aandacht aan mensen met een lichamelijke beperking. Specifiek rollers zijn van harte welkom. Rollers spelen ook tegen reguliere sporters.</p>	<p>Locatie Naam locatie: Sporthal De Pheunix Adres: Hoofdweg 85-1, Mijdrecht</p> <p>Anmelden Via: recreantencommissie@veenshuttle.nl Contactpersoon: Joop Reurings Extra informatie: Er is 1 sportrolstoel beschikbaar om gebruik van te maken</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Lichamelijke beperking</p>	<p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Lichamelijke beperking</p>
<p>Algemeen Naam sport: Club Extra Korte tekst/uitleg: Mobilee Woerden Naam organisatie/vereniging: Mobilee Woerden Dag en tijd: Zaterdag van 10.15 tot 11.15 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Oeralstraat 5, 3446 BT Woerden</p> <p>Anmelden Via: info@mobilee-woerden.nl Contactpersoon: Madelein de Jong Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: 4 tot en met 13 jaar Beperkingen: Auditief (doof/slechthorend), Autisme Spectrum Stoornis, Gedragsproblematiek, Lichamelijk, Meervoudig, Psychisch en Verstandelijk.</p>	<p>Doelgroep Leeftijd: 4 tot en met 13 jaar Beperkingen: Auditief (doof/slechthorend), Autisme Spectrum Stoornis, Gedragsproblematiek, Lichamelijk, Meervoudig, Psychisch en Verstandelijk.</p>

<p>Algemeen Naam sport: Yoga Korte tekst/uitleg: Door verschillende oefeningen leer je jezelf beter kennen op zowel fysiek niveau, als emotioneel, mentaal en intuïtief niveau. Wanneer je jezelf goed kent maak je in het leven keuzes die goed voor jou en de wereld zijn. Het brengt je in balans. De yogalessen zijn gericht op zijn fysieke, adem, ontspanning en concentratie oefeningen.</p> <p>Naam organisatie/vereniging: Yoga Maarssen Dag en tijd: Maandag van 10.00 tot 11.15 uur en vrijdag van 10.00 tot 11.15 uur</p> <p>Doelgroep Leeftijd: 18 tot en met 90 jaar</p> <p>Beperkingen: Autisme Spectrum Stoornis, chronische aandoening, gedragsproblematiek, NAH en psychisch</p>	<p>Locatie Naam locatie: Yoga Maarssen Adres: Nassaustraat 16.2, Maarssen</p> <p>Aanmelden Via: Aanmelden niet nodig Contactpersoon: Liesbeth de Beurs Extra informatie: 3 lessen voor 25 euro i.p.v. 37,50 - bovenverdieping via trap - yogamatten aanwezig</p>
<p>Algemeen Naam sport: Handbal Korte tekst/uitleg: Naam organisatie/vereniging: Handbalvereniging Nijenrodes Dag en tijd: Dinsdag van 16.30 tot 17.30 uur</p> <p>Doelgroep Leeftijd: Vanaf 6 jaar Beperkingen: Autisme Spectrum Stoornis, Chronische aandoening, Gedragsproblematiek, Lichamelijk, Meervoudig, NAH, Psychisch en Verstandelijk.</p>	<p>Locatie Naam locatie: Handbalvereniging Nijenrodes Adres: Heicop 25a, 3628AD Kockengen</p> <p>Aanmelden Via: francisvanschie1@gmail.com Contactpersoon: Francis van Schie Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Algemeen Naam sport: Kids Plus atletiek Korte tekst/uitleg: Kids Plus zijn trainingen voor kinderen die iets meer aandacht nodig hebben. In een kleinere groep krijgen de kinderen atletiek in een speelse vorm aangeboden. Prestatie is ondergeschikt, plezier staat voorop.</p> <p>Naam organisatie/vereniging: AV Clytoneus Dag en tijd: Dinsdag van 17.15 tot 18.15 uur</p> <p>Doelgroep Leeftijd: 8 tot en met 12 jaar Beperkingen: Autisme Spectrum Stoornis</p>	<p>Locatie Naam locatie: AV Clytoneus Adres: Waardsedijk 29, 3448 HV, Woerden</p> <p>Aanmelden Via: swer@beweegteamwoerden.nl 06 46 38 18 10 Contactpersoon: Swer Elbertsen Extra informatie: Meetrinen vanaf 18 september</p>
<p>Algemeen Naam sport: G-Korfbal Korte tekst/uitleg: Met korfbal is het de bedoeling om je team zoveel mogelijk doelpunten te maken, natuurlijk wordt het moeilijker gemaakt door de verdedigers die ook actief zijn in het spel. Tijdens de training hebben we verschillende oefeningen die met vangen, gooien, doelpunten maken en verdedigen te maken hebben. Leuk als je ons team komt versterken!</p> <p>Naam organisatie/vereniging: OVVO / De kroon Dag en tijd: Woensdag van 19.00 tot 20.00 uur</p> <p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Voor iedereen die het leuk vindt!</p>	<p>Locatie Naam locatie: Sporthal OVVO/Dekroon Adres: Sportparkweg 9, Maarssen Op de grote parkeerplaats bij de sportvelden langs de tennisvelden lopen, helemaal achteraan staat de sporthal OVVO</p> <p>Aanmelden Via: Niet nodig maar mag via cora.fokker@ovvodekroon.nl Contactpersoon: Cora Fokker Extra informatie: Sportschoenen gewenst</p>
<p>Algemeen Naam sport: G-Hockey Korte tekst/uitleg: Gezellig hockeyen met leuke en leerzame technieken op je eigen niveau. Naam organisatie/vereniging: Mixed Hockey Club Woerden Dag en tijd: Woensdag van 17.30 tot 18.30 uur</p> <p>Doelgroep Leeftijd: Jongeren en volwassenen Beperkingen: Autisme Spectrum Stoornis, Gedragsproblematiek, Psychisch en Verstandelijk</p>	<p>Locatie Naam locatie: MHC Woerden Adres: Waardsedijk 35, 3448 HV Woerden</p> <p>Aanmelden Via: sharenda85@hotmail.com Contactpersoon: Sharenda Hoogendijk Extra informatie:</p>
<p>Algemeen Naam sport: Special fitness jong volwassenen Korte tekst/uitleg: Naam organisatie/vereniging: Fysio Aktief Dag en tijd: Dinsdag van 18.00 tot 19.00 uur</p> <p>Doelgroep Leeftijd: Vanaf 14 jaar Beperkingen: Verstandelijke beperking en Autisme Spectrum Stoornis</p>	<p>Locatie Naam locatie: Iepenhof Woerden Adres: Iepenhof 1c, Woerden</p> <p>Aanmelden Via: info@fysio-aktief.nl Contactpersoon: Paul den Hollander Extra informatie: In de nationale sportweek mogen trainingen gratis worden bijgewoond.</p>
<p>Algemeen Naam sport: Special fitness jong volwassenen Korte tekst/uitleg: Naam organisatie/vereniging: Fysio Aktief Dag en tijd: Woensdag van 19.30 tot 20.30 uur</p> <p>Doelgroep Leeftijd: Vanaf 18 jaar Beperkingen: Licht verstandelijke beperking</p>	<p>Locatie Naam locatie: Iepenhof Woerden Adres: Iepenhof 1c, Woerden</p> <p>Aanmelden Via: info@fysio-aktief.nl Contactpersoon: Paul den Hollander Extra informatie: In de nationale sportweek mogen trainingen gratis worden bijgewoond.</p>
<p>Algemeen Naam sport: Therapeutisch zwemmen Korte tekst/uitleg: Oefeningen doen in verwarmd water onder begeleiding van een fysiotherapeute Naam organisatie/vereniging: Fysiopoint Maarssen Dag en tijd: Maandag van 09.30 tot 10.30 uur, vrijdag van 12.30 tot 13.30 uur, vrijdag van 13.30 tot 14.30 uur</p> <p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Lichamelijke beperkingen</p>	<p>Locatie Naam locatie: Safaribad Adres: Bisonspoor 237, 3605 JM Maarssen</p> <p>Aanmelden Via: 06-44846244 of fysioopointmaarssen@kpnmail.nl Contactpersoon: Marjolein Daas Extra informatie: n.v.t.</p>

<p>Algemeen Naam sport: Nordic Walking Korte tekst/uitleg: wandelen in het natuurgebied rond kasteel Haarzuilen Naam organisatie/vereniging: Fysiopoint Maarssen Dag en tijd: Maandag van 11.30 tot 12.30 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Start parkeerplaats Geertje's Hoeve Adres: Thematerweg 5, 3455 SM Utrecht</p> <p>Aanmelden Via: 06-44846244 of fysiopointmaarssen@kpnmail.nl Contactpersoon: Marjolein Daas Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Lichamelijke beperkingen</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Fysiofitness Korte tekst/uitleg: Sporten onder begeleiding van fysiotherapeute Naam organisatie/vereniging: Fysiopoint Maarssen Dag en tijd: Dinsdag van 14.00 tot 15.00 uur, woensdag van 09.30 tot 10.30 uur, vrijdag van 09.30 tot 10.30 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Fysiopoint Adres: Ambachtsweg 78, 3542 DH, Utrecht</p> <p>Aanmelden Via: 06-44846244 of fysiopointmaarssen@kpnmail.nl Contactpersoon: Marjolein Daas Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Lichamelijke beperking</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Rolstoeldansen Korte tekst/uitleg: Dansen in een rolstoel. Natuurlijk is dit mogelijk. Wil je dit ervaren kom dan langs Naam organisatie/vereniging: ASV Bredius Dag en tijd: Maandag van 7.30 uur of 8.00 uur, afhankelijk van de beperking</p>	<p>Locatie Naam locatie: Brediusshonk Adres: Kievitstraat 40, Woerden</p> <p>Aanmelden Via: Secretaris@asvbredius.nl Contactpersoon: Carla Stolwijk Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Van 8 tot en met 88 jaar Beperkingen: Lichamelijke beperking</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Rolstoelhockey Korte tekst/uitleg: Naam organisatie/vereniging: ASV Bredius Dag en tijd: Dinsdag van 19.30 tot 21.00 uur, zaterdag van 12.30 tot 14.00 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Gymzaal Essenlaan Adres: Essenlaan 3, 3442JE, Woerden</p> <p>Aanmelden Via: Secretaris@asvbredius.nl Contactpersoon: Carla Stolwijk Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Vanaf 10 jaar Beperkingen: Chronische aandoening, lichamenlijk en NAH</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Gymmen Korte tekst/uitleg: Ritmisch Gymmen, maar dan aangepast aan de leeftijd/beperking Naam organisatie/vereniging: ASV Bredius Dag en tijd: Dinsdag van 9.55 tot 10.55 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Brediusshonk Adres: Kievitstraat 40, Woerden</p> <p>Aanmelden Via: Secretaris@asvbredius.nl Contactpersoon: Carla Stolwijk Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Chronische aandoening, lichamenlijk en NAH</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Boogschieten Korte tekst/uitleg: Naam organisatie/vereniging: ASV Bredius Dag en tijd: Verschillende dagen en tijden</p>	<p>Locatie Naam locatie: Brediusshonk Adres: Kievitstraat 40, Woerden</p> <p>Aanmelden Via: Secretaris@asvbredius.nl Contactpersoon: Carla Stolwijk Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Vanaf 10 jaar Beperkingen: Autisme Spectrum Stoornis, Chronische aandoening, Gedragsproblematiek, Lichamenlijk, Meervoudig, Niet aangeboren hersenletsel, Psychisch en Verstandelijk</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Hydrogroep Korte tekst/uitleg: Naam organisatie/vereniging: MTC Mijdrecht Dag en tijd: Maandag van 11.00 tot 12.00 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Veenweidebad Mijdrecht Adres: Ontspanningsweg 1, 3641 SV Mijdrecht</p> <p>Aanmelden Via: info@mtcmijdrecht.nl of 0297- 286093 Contactpersoon: Esther Verdam en Maurilla van den Broek Extra informatie: Bijdrage van €5,-</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Alle beperkingen</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Neurogroep Korte tekst/uitleg: Groep voor mensen met neurologische problemen waarbij op kracht, conditie, balans en coördinatie geoefend wordt Naam organisatie/vereniging: MTC Mijdrecht Dag en tijd: Donderdag van 12.30 tot 13.30 uur en 17.00 tot 18.00 uur.</p>	<p>Locatie Naam locatie: Medisch centrum Mijdrecht. Adres: Stadhouderslaan 4a Mijdrecht</p> <p>Aanmelden Via: info@mtcmijdrecht.nl of 0297- 286093 Contactpersoon: Esther Verdam en Maurilla van den Broek Extra informatie: Bijdrage van €5,-</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Alle leeftijden Beperkingen: Groep voor mensen met neurologische problemen</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Sport en spel Korte tekst/uitleg: Medisch Verantwoord Bewegen voor ouderen en hartpatiënten Naam organisatie/vereniging: Centrum voor Beter Bewegen Dag en tijd: Maandag van 10.15 tot 11.15 uur</p>	<p>Locatie Naam locatie: Judo school Blaauw Adres: Molenland 15, Wilnis</p> <p>Aanmelden Via: 0297 284855 of carlavannieuwkerk@hotmail.com Contactpersoon: Carla van Nieuwkerk Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: 65 jaar en ouder Beperkingen: o.a. hart en vaatziekten</p>	
<p>Algemeen Naam sport: Sport en spel Korte tekst/uitleg: Sport en spel voor mensen met hart en vaatandoeningen Naam organisatie/vereniging: Centrum voor Beter Bewegen Dag en tijd: Maandag van 16.00 tot 17.00</p>	<p>Locatie Naam locatie: Sporthal de Willestee Adres: P. Joostenlaan, Wilnis</p> <p>Aanmelden Via: 0297 284855 of carlavannieuwkerk@hotmail.com Contactpersoon: Carla van Nieuwkerk Extra informatie: n.v.t.</p>
<p>Doelgroep Leeftijd: Tot en met 65 jaar Beperkingen: Hart en vaatandoeningen</p>	

Algemeen

Naam sport: **Sport en spel**
Korte tekst/uitleg: Verantwoord Bewegen met spier- en gewrichtsaandoeningen
Naam organisatie/vereniging: Centrum voor Beter Bewegen
Dag en tijd: Vrijdag van 9.30 tot 10.30 uur

Doelgroep

Leeftijd: Tot en met 65 jaar
Beperkingen: Spier- en gewrichtsaandoeningen

Locatie

Naam locatie: Judoschool Blaauw
Adres: Molenland 15, Wilnis

Aanmelden

Via: [0297_284855 of carlavannieuwkerk@hotmail.com](mailto:0297_284855_of_carlavannieuwkerk@hotmail.com)
Contactpersoon: Carla van Nieuwkerk
Extra informatie: n.v.t.