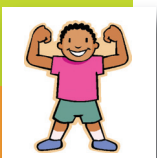


Kids gym

Voor iedereen van 3 tot en met 6 jaar



Wat is 'Kids gym'?

Voor een kind is het belangrijk dat het voldoende beweegt om de motoriek (bewegingsvaardigheid) te ontwikkelen. De motoriek is onder te verdelen in grove motoriek en fijne motoriek. De grove motoriek omvat bewegingen als lopen, rennen, springen, zwaaien, etc. De fijne motoriek zijn de fijnere bewegingen die bijvoorbeeld nodig zijn voor het strikken van de schoenveters, schrijven, knippen, tandenpoetsen, etc. 'Kids gym' richt zich op het ontwikkelen van verschillende delen van de motoriek. Alle basisvormen van bewegen (klimmen en klauteren, lopen, springen, gooien (mikken) en vangen, balanceren) komen aan bod, waardoor een brede ontwikkeling wordt gestimuleerd. Daarnaast is er veel aandacht voor samenwerken, spelletjes en staat natuurlijk het plezier in bewegen voorop.

Waarom 'Kids gym'?

Op school wordt er vanzelfsprekend veel aandacht aan gymnastiek besteed. Het onderwijsstelsel in Nederland geeft helaas niet de mogelijkheid om elke dag met de klas naar de gymzaal te gaan. Daarom is het belangrijk dat kinderen ook na schooltijd bewegen en zich verder kunnen ontwikkelen, zodat zij geen achterstand oplopen.

Howe werkt het?

'Kids gym' laat uw kind kennismaken met gymnastiek. Een aantal sportaanbieders geeft het de mogelijkheid om gratis vier keer mee te doen met de gymles. Op deze manier kan het laagdrempelig en vrijblijvend ervaren of gymnastiek wat voor hem/haar is. Op deze folder vindt u de gegevens van de sportaanbieders die meedoen aan het project. Er staat aangegeven op welke dag en tijd de lessen plaatsvinden en in welke gymzaal de les gegeven wordt.

Howe meedoen?

1. Kijk op de achterkant van deze folder voor de dagen en tijden waarop de lessen worden gegeven
2. Maak een keuze uit de aanbieders
3. Bel Sportservice West-Friesland om uw kind aan te melden voor de vier gratis lessen van 'Kids gym'
4. Schrijf de vier data in uw agenda zodat u het niet kunt vergeten

Nederlandse Bewegnorm tot 18 jaar: dagelijks een uur matig intensieve lichamelijke activiteit, waarbij de activiteiten minimaal twee maal per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van lichamelijke fitheid (kracht, lenigheid en coördinatie).



Kids gym is een initiatief van Sportservice West-Friesland, in samenwerking met verenigingen en overige sportaanbieders. Sportservice West-Friesland geeft uitvoering aan het gemeentelijk breedtesportproject van de gemeenten: Andijk, Drechterland, Enkhuizen, Koggenland, Medemblik, Opmeer en Wervershoof.



Kids gym

4 Lessen vanaf 21 januari 2010

meenemen:
gymkleding,
gym schoentjes

of op
blote
voeten

doe mee!

Gymvereniging ASV'55 Venhuizen

Data: maandag 25 jan, 1, 8, 15 feb.
Tijd: 15:30-16:30 uur 3+4 jaar
16:30-17:30 uur 5+6 jaar
Verenigingsgebouw, De Buurt 125, Venhuizen

Gymvereniging DESS

Data: woensdag 20, 27 jan, 3, 10 feb.
Tijd: 13:00-13:45 uur 3+4 jr.
13:45-14:30 uur 5+6 jr.
Gymzaal 'Om de Noord', Noordervoert 53,
Hoogkarspel

Gymnastiekvereniging EDO-gym

Data: vrijdag 22 jan, 5, 12, 19 feb.
Tijd: 15.15-16.00 uur Kleuterdans gr. 1/2
Data: donderdag 21 jan, 4, 11, 18 feb.
Tijd: 10.30-11.30 uur
Ouder en kind gym v.a. 18 mnd.
15.15-16.15 uur Groep 1
16.15-17.15 uur Groep 2
De Koggenhal, Dwingel 4, De Goorn

Gymvereniging Kracht en Vriendschap

Data: maandag 25 jan. 1, 8, 15 feb.
Tijd: 16:00-17:00 uur
Gymzaal Spanbroek, Dr. V. Balen
Blankenstraat, Spanbroek

Gymvereniging Olympia

Data: woensdag 27 jan, 3, 10, 17 feb.
Tijd: 11.00-12.00 uur Ouder-kindgym 3 jr,
13.15-14.15 uur 4 t/m 6 jr.
Data: vrijdag 29 jan, 5, 12, 19 feb.
Tijd: 13:15-14:15 uur 4 t/m 6 jaar
Gymzaal Berkhout, Kerkebuurt 171, Berkhout

Gymvereniging SSS

Data: woensdag 27 jan, 3, 10, 17 feb.
Tijd: 13:30-14:30 uur 3+4 jaar
14:30-15:30 uur 5+6 jaar
Dorpshuis de Schalm, Dr. Nuytenstraat 146,
Westwoud

Sportvereniging SVH

Data: zaterdag 30 jan, 6, 13, 30 feb.
Tijd: 9:00-10:00 uur 3+4 jr.
10:00-11:00 uur 5+6 jr.
11:00-12:00 uur groep 2
Gymzaal Dorpshuis 't Centrum,
Twijver 66, Venhuizen

Gymvereniging Udi-Nea

Data: maandag 25 jan. 1, 8, 15 feb.
Tijd: 16:00-17:00 uur Streetdance
Gymzaal Hensbroek, 't Ouwe hof 41 a,
Hensbroek

Gymnastiekvereniging Victor

Data: woensdag 20, 27 jan. 3, 10 feb.
Tijd: 13:30-14:30 uur 3 jr.
14:30-15:30 uur 4+5 jr.
15:30-16:30 uur 5+6 jr.
Gymzaal Obdam, v. Wassenaerstraat 14,
Obdam

Sportvereniging Vlug & Vaardig

Data: donderdag 21, 28 jan, 4, 11 feb.
Tijd: 15:15-16:15 uur
Gymzaal De Weere, Vekenweg 4, De Weere

Gymvereniging Voorwaarts

Data: 28 jan, 4, 11, 18 feb.
Tijd: 14:30-15:30 uur 3 t/m 5 jr.
15.45-16.45 uur Groep 3/4
Gymzaal Avenhorn, t Veer 88, Avenhorn

Gymvereniging HG & TC Hoorn

Data: zaterdag 30 jan, 6, 13, 20 feb.
Tijd: 9.30-10.30 uur 4+5 jr.
10.30-11.30 uur 6 jr.
Sportzaal De Brug, Boekert 5, Oosterblokker
Data: maandag 25 jan, 1, 8, 15 feb.
Tijd: 16.00-17.00 uur 4, 5, 6 jr.
Sportzaal De Bres, Han Hoekstrahof 200/B,
Hoorn
Data: dinsdag 26 jan, 2, 9, 16 feb.
Tijd: 16.00-17.00 uur 5+6 jaar meisjes
Sportzaal De Kers, Moerbalk 1, Hoorn
Data: woensdag 27 jan, 3, 10, 17 feb.
Tijd: 16.15-17.15 uur 6 jr. meisjes
Sportzaal De Kers, Moerbalk 1, Hoorn
Data: vrijdag 29 jan, 5, 12, 19 feb.
Tijd: 16.00-17.00 uur 6 jr. jongens
16.00-16.45 uur Ouder- kindgym 1-3 jr.
16.45-17.30 uur Ouder- kindgym 3+4 jr.
17.30-18.30 uur 4, 5, 6 jr.
Sportzaal De Kers, Moerbalk 1, Hoorn

Aanmelden

Vóór 18 januari
bij Sportservice
West-Friesland:

Ilse Bot
0229-287700 (T)
stagiaire@sportservicenoordholland.nl (E)
www.sportservicewestfriesland.nl (W)

