

# Samen Sportief

Gaat na de zomer weer van start!



GEZELLIG | SPORTTIEF | SAMEN | GEZONDE LUNCH | OUTDOOR ACTIVITEIT

## Voor wie

Iedereen in de leeftijd van 30+ is welkom. Een praatje en kennismaken met anderen staat centraal tijdens dit actieve buiten sport & beweeguur, waarbij vrijwilligers een gezonde sportlunch verzorgen.

## Wanneer

Na de zomervakantie gaan we van start met als eerste datum **donderdag 9 september** (en vanaf dan iedere donderdag)

## Hoe laat

11:30 – 12:30 Sportuur (ieder op zijn/haar eigen niveau)  
12:30 – 13:30 gezamenlijke lunch in de sportkantine

## Kosten

De kosten bedragen € 4,00 per deelnemer per keer. Hiervoor krijgt u een sportief trainingsuur o.l.v. een gediplomeerd Bewegingsagoge of Buurtsportcoach en wordt het sportuur gezamenlijk afgesloten met een lunch (vers bereide soep, 2 broodjes gezond naar keus en een stuk fruit of fruit-smoothie)

## Aanmelden

U kunt zich aanmelden door een email te sturen naar:

[samensportief@deliemersbreedtesport.nl](mailto:samensportief@deliemersbreedtesport.nl)

(met vermelding van voor- en achternaam, leeftijd en telefoonnummer waarop u bereikbaar bent)

## Maximaal aantal deelnemers

De maximale groepsgrootte is ivm individuele aandacht en veiligheid vastgesteld op 12. Overige aanmeldingen komen op een wachtlijst. Bij een groepsgrootte van 8+ ligt er het idee om op een andere dag in de week bij voetbalvereniging DCS op Sportpark Hengelder wellicht een 2<sup>e</sup> groep SamenSportief op te starten.