

Open dag

Maak kennis met diverse sporten!

- Zondag 26 september
11:00 - 15:00
Laan naar Eme
- Informatiepunt voor de IJsselslag!
- Extra entertainment:
 - Springkussen naast de IJsselslag
 - Jeugdweilorkest kleintje Spul(t)



Honden centrum



Voetbal



Zwemmen & Waterpolo



Zwemmen



Bootcamp



Judo



Hockey



Reuma vereniging



Beach Volleybal



Korfbal



Duurzaamheidscentrum



Mountainbike

Open dag

Het programma:



- 11:00 Demo Dog Dance
- 11:45 Demo Hoopers
- 12:30 Demo Balans en Coördinatie
- 13:30 Demo Dog Dance
- 14:15 Demo Hoopers



- Doelgroep: van 6 t/m 100 jaar. Iedereen welkom.
- De hele dag worden er clinics gegeven.
- Beachvolleybal en beachvoetvolleybal



- Deelname €2,50 euro per persoon
- Reuma Vereniging
11:00 - 12:00 Demonstratie van eigen les
- De IJsselmeeuwen
12:00 - 12:30 Wedstrijdzwemmen clinic 6 tot 15 jaar
12:30 - 13:00 Waterpolo clinic 6 tot 15 jaar
- IJsselslag
13:00 - 13:15 AquaRobic clinic
13:15 - 13:30 AquaZwanger clinic
13:30 - 13:45 Aqua joggen clinic
13:45 - 14:00 AquaBootcamp clinic
14:00 - 15:00 Recreatief zwemmen in beide baden



Reuma patiënten vereniging Zutphen e.o.



- Diverse hockey-clinics
11:00 - 12:00
12:15 - 13:15
13:30 - 14:30
- Om 11:00 en om 13:00 spelen Heren Veteranen thuis wedstrijden



- 11:00 tot in iedergeval 15:00 huiskamer om even te relaxen



- Tussen 11:00 - 14:45 zijn onze trainers aanwezig om bij voldoende belangstelling diverse voetbal-clinics te verzorgen voor jong en oud.



- 11:00 - 12:00
Total Body Bootcamp
- 12:00 - 13:00
Booty Bootcamp & Core bootcamp
- 13:00 - 14:00
HIIT Bootcamp
- 14:00 - 15:00
vrije training



- 11:00 - 12:30 kennismaken korfbal
- 12:30 - 14:00 wedstrijden jeugd bekijken
- 14:00 - 15:00 kennismaken korfbal



- 11:00-11:45
Tuijmeljudo 2,5 tot 5 jaar
- 12:00-12:45
Jeugdjudo 5 tot 12 jaar
- 13:00-13:45
Junioren 12 tot 18 jaar
- 14:00-14:45
Senioren (18+)



- Frans-Peter Dechering en Jeroen Beumer verzorgen een clinic op de MTB baan.
- 11:00 eerste clinic op de MTB baan
- 12:30 tweede clinic op de MTB baan