



De Open Sportclubdag 12 april

Ontdek welke sporten bij jou passen en kom in beweging!
Ga langs bij verschillende verenigingen en activiteiten!



[Assen Actief](#)

Ontdek Assen Actief

Dé plek om in beweging te komen!

In Assen willen we dat iedereen de kans krijgt om te bewegen en zich cultureel te ontwikkelen. Of je nu een peuter, middelbare scholier of gepensioneerd bent, er is voor ieder wat wils.

Maar misschien vraag je je af: past het wel bij mij? En wil ik wel meteen lid worden van een vereniging? Daar hebben wij een oplossing voor!

Via Assen Actief (een samenwerking van Vaart Welzijn en Assen Sportstad) kun je heel eenvoudig een proefles of activiteit volgen, zonder verplichtingen. Of je nu nieuwsgierig bent naar een sportactiviteit zoals aquagym of hardlopen of liever iets creatiefs wil doen zoals muziek maken of schilderen.

 /assenactief  @assenactief

Er staan ook veel naschoolse activiteiten op voor kinderen uit Assen tussen de 4 en 13 jaar oud. Via de website www.assenactief.nl kun je gemakkelijk zoeken en direct boeken. Er is altijd wel iets wat aansluit bij jouw interesses en behoeften.

Vind je het spannend om de eerste stap te zetten? Geen zorgen! Onze Buurtwerkers Sport staan klaar om je te helpen. Of je nu telefonisch contact wilt of even langs wilt komen tijdens een spreekuur, we zijn er voor je.

Ook als het financieel even tegenzit, vinden we een passende oplossing. Kijk snel op www.assenactief.nl en ontdek hoe leuk en eenvoudig het is om actief te worden op sportief of creatief gebied.

De Open Sportclubdag 12 april

Vereniging	Sport	Activiteit	Tijd
ATV de Hertenkamp	Tennis & Padel	Clinics	10:00-12:00 uur
Hockey Vereniging Assen	Hockey	Clinics en demonstraties	09:00-12:00 uur 10:00 en 11:00 uur Demo's
Omnigym Assen	Turnen en freerunning	Open training en clinics	09:00-12:00 uur 16:00-18:00 uur
Bowling Vereniging	Bowling	Clinics	10:00-14:00 uur
The Pioneers	Honk- en softbal	Clinic	10:00-13:00 uur
Asser Roeiclub	Roeien	Clinics	10:00-15:00 uur
Handbal Vereniging Unitas	Handbal	Open training	10:30-12:00 uur
Tennis Verenging Amelte	Tennis	Clinic	11:00-14:00 uur 11:15-12:15 uur Clinic
Achilles 1894	Voetbal	Clinics	12:00-14:00 uur 12:00 en 13:00 uur Clinic
TRI4you	Triathlon	Kennismakingsles	12:00-14:00 uur
AAC'61	Atletiek en Framerunning	Clinics	12:00-14:00 uur
Dikke Banden Race	Loopfiets en stadsfiets race	Wedstrijd	13:00 uur loopfietsrace 14:00 uur stadsfietsrace
FC Unitas	BMX	Clinic en demonstratie	11:00-13:00 uur
HBV Chiron	Handboog-schieten	Clinics	16:00-20:00 uur

Kom jij ook gezellig mee sporten bij De Open Sportclubdag op 12 april?

Ga voor meer info naar assenactief.nl



Assen Sportstad

Assen Sportstad geeft uitvoering aan het Sportakkoord. Hiermee stimuleren we dat iedereen in Assen kan sporten of bewegen waarbij we ook rekening houden met mensen voor wie dat niet vanzelfsprekend is.

Daarnaast ondersteunen we sportverenigingen in het versterken van trainers, coaches en bestuurders, bieden we ieder kind en iedere jongere een kans om vaardig en veelzijdig te bewegen en ondersteunen we sportevenementen en -organisaties in het verstevigen van meer bewegen tijdens het evenement.

 /Assensportstad  @assensportstad

Vaart Welzijn

Woon je in de gemeente Assen en heb je een vraag waar je zelf niet uitkomt? Dan kun je bij onze buurtteams terecht. Wij helpen mensen, zodat iedereen zo goed mogelijk mee kan doen in het dagelijks leven. Je kunt bij ons vragen stellen over bijvoorbeeld opgroeien, opvoeden, welzijn en gezondheid.

 /vaartwelzijn

Kom je ook?

Start in het voorjaar actief en doe mee! Ontdek op 12 april tijdens de Open Sportclubdag welke sport(en) jij leuk vindt en welke sportverenigingen bij jou passen. Neem je stickerkaart mee en ga er samen op uit. Neem je broertje(s) of zusje(s) mee, ga met je ouder(s) of opa en/of oma eens kijken bij sportverenigingen in Assen. Misschien ken jij deze vereniging al wel, of ben je er nog nooit geweest.

Overal ben je meer dan welkom en word je goed ontvangen. De ene vereniging heeft trainingen waar je aan mee kan doen, en de andere vereniging organiseert voor jou een clinic of een demonstratie. Elke vereniging doet het op haar eigen manier om jou te laten zien wat de sport en de vereniging inhoudt. Misschien kun je daarna tot de zomervakantie lekker meetrainen en kun je in september bij jouw nieuwe sportvereniging starten!

TIP

Knip de stickerkaart op de laatste pagina uit, verzamel minimaal drie stickers bij de sportverenigingen en lever deze stickerkaart in **voor 10 mei** bij het kantoor van Vaart Welzijn (Apollpad 5) en win een vette prijs!

AAC'61

Atletiek- en Loopsportvereniging

 AAC'61,
Achterpad 1, Assen
 www.aac61.nl



Informatie

Atletiek en framerunning bij AAC'61 tijdens de Open Sportclubdag op zaterdag 12 april is voor kinderen tussen de 10 en 16 jaar oud.

Programma

12:00-12:30 uur sprinten

12:30-13:00 uur verspringen

13:00-13:30 uur speerwerpen

13:30-14:00 uur hordelopen

* Framerunning kan tussen
12:00 en 14:00 uur



Wat neem je mee?

Neem je sportkleding mee die past bij de weeromstandigheden en een flesje water!

Meld je ook aan voor:

Elke woensdag
16:00 uur

Nijntje op
Atletiek

19 april
18:00 uur

Bootcamp op de
atletiekbaan

6 mei
19:00 uur

Masters (volwassenen)
atletiek!



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**





Achilles 1894

Voetbalvereniging

📍 Sportpark Marsdijk,
Martin Luther Kingweg 11, Assen

🌐 www.achilles1894.nl

Informatie

Welkom bij Achilles 1894!

Het kiezen van een voetbalclub is een belangrijke stap, en wij begrijpen dat je goed geïnformeerd wilt zijn.

Daarom nodigen we je uit om tijdens onze Open Dag zelf te ervaren wat Achilles 1894 als club te bieden heeft. Kom langs en proef de sfeer van onze club! Ontdek onze faciliteiten, ontmoet onze leden en trainers, en stel al je vragen. We hopen je te verwelkomen en samen te laten zien waarom Achilles 1894 een geweldige keuze is voor jou!



Programma

Je bent welkom van **12:00-13:00 uur** en van **13:00-14:00 uur** voor een voetbalclinic.

Wat neem je mee?

Neem je sportkleding en sportschoenen mee!

Meld je ook aan voor:

5 april
12:00 uur | KNVB Festival

5 april
12:00 uur | Nederland-Griekenland
Meiden O19



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**

Tennis Vereniging Amelte

Tennisvereniging

📍 Tennispark Amelte,
Amelte 1a, Assen

🌐 www.amelte.nl



Informatie

Iedereen (jong en oud) die interesse heeft in tennis is welkom bij de Open Dag van TV Amelte op 12 april.

Als je op 12 april verhinderd bent, maar toch een keer wilt komen kijken, mail dan naar amelte@amelte.nl voor een afspraak.

Programma

Info met consumptie

11:15-12:15 Tennis clinic

Competitie wedstrijden bekijken

Wat neem je mee?

Neem je sportschoenen mee en dan zorgen wij voor de tennisrackets en tennisballen!

Wat doen wij nog meer?

14 april | Meld je aan voor een proefabonnement 3 maand tennisen!

18 april
16:00 uur | Jeugd Toss, elke vrijdag van 16:00-17:00 uur

13 juni
19:00 uur | Zomerchallenge TV Amelte, juni-juli-augustus



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**



Asser Roeiclub ARC

Roeiclub

Asser Roeiclub,
Kanaaldijk 31, Loon
www.asserroeiclub.nl

Informatie

Wil jij eens kijken hoe een roeiboot er van dichtbij uitziet? Uitvinden dat je bij roeien je benen gebruikt en veel minder je armen? Ervaren dat roeien een fantastische sport is?

Kom dan langs 12 april bij de roeiclub! Wij zijn een gezellige vereniging voor jong en oud. Of je nu een keer per week wil roeien, af en toe één leuke tocht wilt maken, of je de absolute top wilt halen; alles is mogelijk!



Programma

Je bent welkom van **10:00-15:00 uur**.

Wat neem je mee?

Neem je sportkleding en sportschoenen mee!

Wat doen wij nog meer?

19 april
12:00 uur Open roeillessen voor jeugd (10-13 jaar oud) en junioren (14-19 jaar oud)

29 april
19:00 uur Leer roeien in 10 weken!



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**

Bowling Vereniging Assen

Bowling vereniging

Plaza Sportz,
Stelmakerstraat 17, Assen
www.bvassen.nl



Informatie

Tijdens deze Open Dag geven wij info over onze vereniging en onze Bowling sport.

Tevens is er de mogelijkheid om een paar ballen te rollen om het uit te proberen.

Programma

Je bent welkom van **10:00-14:00 uur** om een paar ballen te rollen!



Wat neem je mee?

Speciale bowling schoenen en ballen zijn gratis beschikbaar tijdens onze Open Dag. Verder hoeft jij niks mee te nemen!

Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**





BMX FC Unitas

BMX & Fietscrossvereniging

📍 Sporthal Stadsbroek,
Kortbossen 5, Assen

🌐 www.fcunitas.nl

Informatie

Kom op zaterdag 12 april langs bij onze vereniging en ontdek hoe gaaf BMX-en is.

We ontvangen je graag rond onze BMX-baan waar je kan ervaren hoe leuk onze sport is.

Daarnaast hebben we in de kombaas ook een pumptrackbaan staan waar jij met je vrienden overheen mag racen. Zien we jou ook bij onze fietscross vereniging?



Programma

Je bent van **11:00-13:00 uur** welkom om te komen racen!

Wat neem je mee?

Neem goede schoenen mee, een lange broek en een shirt of jas met lange mouwen.



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**

HBV Chiron

Handboogvereniging

📍 Sporthal De Spreng,
Vredeveldseweg 57, Assen

🌐 www.hbvchiron.nl



Informatie

Je kunt bij ons diverse soorten bogen bekijken en je mag zelf proberen wat pijlen te schieten.

Wij hebben als motto dat iedereen in staat moet zijn om van onze prachtige sport te genieten. Heb je een fysieke beperking? Geen probleem we zoeken met je naar een oplossing!

Programma

Je bent welkom van **16:00-20:00 uur** om kennis te maken met het handboogschieten!



Wat neem je mee?

Neem je sportkleding en sportschoenen mee!

Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**





Hockeyvereniging Assen

Hockeyvereniging

HVA Assen,
Mien Ruysweg 3, Assen

www.hockeyassen.nl

Informatie

Kom naar de Open Sportclubdag op 12 april van 9 tot 12 uur. Je kunt lekker meedoen en kijken naar de demo's. Ook zijn er verschillende competitiewedstrijden van de HVA teams waar je kunt kijken. Wij bieden hockey voor iedereen, welke leeftijd je ook hebt en ook als je nog nooit een stick hebt vastgehouden.

Programma

Je bent welkom bij ons van **9:00 - 12:00 uur**. Je kunt lekker meedoen en kijken naar demo's.



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**



Wat neem je mee?

Neem je sportschoenen mee en een goed humeur, de rest regelen wij!

Wat doen wij nog meer?

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| 14 april
18:30 uur | Proeftraining 13 t/m 18 jaar oud. |
| 15 april
17:00 uur | Proeftraining 10 t/m 12 jaar oud. |
| 15 april
20:00 uur | Proeftraining volwassenen. |
| 16 april
16:00 uur | Proeftraining 5 t/m 9 jaar oud. |
| 13 mei
20:00 uur | Proeftraining volwassenen |

HV Unitas

Handbalvereniging

Sporthal Peelo,
Scharmbarg 31, Assen

www.hvunitas.nl



Informatie

Deze zaterdagochtend organiseert HV Unitas, in samenwerking met Assen Actief, een open training voor alle kinderen in de leeftijd van 6 - 12 jaar.

Tijdens deze training zijn er verschillende oefeningen/stations waarbij kinderen kennis kunnen maken met handbal.

Programma

Je bent welkom van **10:30-12:00 uur** voor de open training!



Wat neem je mee?

Neem je sportkleding, sportschoenen en goede zin mee!

Wat doen wij nog meer?

- | | |
|----------------------------------|-------------------------|
| 9 mei
16:30 uur | Handbal proeftrainingen |
|----------------------------------|-------------------------|



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**



OMNIGYM
ASSEN

Omnigym Assen

Gymnastiekvereniging

Stadsbroekhal,
Kortbossen 3, Assen

www.omnigym.nl

Informatie

Tijdens de Open Sportclubdag bieden we lessen gymnastiek, freerunning en turnen voor meisjes aan.

Programma

09:00 uur Gymnastiek 4 t/m 5 jaar oud

10:00 uur Gymnastiek 6 t/m 7 jaar oud

10:00 uur Freerunning 6 t/m 9 jaar oud

11:00 uur Freerunning 10+ jaar oud

11:00 uur Gymnastiek 8+ jaar oud

16:00 uur Turnen meisjes uit 2018/19*

* Let op: Dit is bij Sporthal de Timp,
Thorbeckelaan 2



Wat neem je mee?

Neem sportkleding mee waar je lekker in kan bewegen. Neem voor het freerunnen je sportschoenen mee, voor de rest van de activiteiten zijn deze niet perse nodig!

Dikke Banden Race

Aangeboden door Todwoensdag

Stadsbroek,
Stadsbroek 11a, Assen

DIKKE
BANDEN
EN LOOPFIETS
RACE

Informatie

Ben je tussen de 2 en 4 jaar oud? Doe dan mee op je loopfiets of leen gratis een loopfiets!

Ben je tussen de 5 en 12 jaar oud, doe dan op je eigen (school)fiets mee aan de Dikke Banden Race.

De race is laagdrempelig en plezier staat voorop. Bij de loopfiets race mogen ouders meelopen.

Programma

Je bent welkom om mee te doen aan de Dikke Banden Race!

13:00 uur start loopfietsrace,

14:00 uur start Dikke Banden Race

Wat neem je mee?

Een helm is verplicht en kan gratis ter plaatse worden geleend! Wil jij een loopfiets lenen? Mail dan naar koen@todwoensdag.nl

Wat doen wij nog meer?

16 mei | Dikke Banden Race
14:30 uur | Baggelhuizerplas

16 mei | Loopfietsrace
15:30 uur | Baggelhuizerplas



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**



TRI4you Triathlon Drenthe

Triathlonvereniging

📍 Baggeluizerplas
Baggeluizen, Assen

Wielershome Assen,
Stadsbroek 11a, Assen

🌐 www.tri4you.nl

Informatie

TRI4you traint in kleine groepen op alle onderdelen. We zijn een kleine vereniging met een grote groep jeugd. Voor ieder is er de mogelijkheid om mee te doen. Jong of oud, minder snel of snel, gedreven of voor je plezier. Bij TRI4you ben je welkom om mee te doen.

Wat neem je mee?

Zorg ervoor dat je je sportkleding al aan hebt, er is namelijk geen kleedkamer.



Programma

Op 12 april laten we je, van 12.00-14.00 uur, tijdens de Open Sportclubdag graag snuffelen aan onze sport. We hebben geen eigen clubgebouw, dus ontmoeten we je graag op een plek waar verschillende van onze trainingen door de week ook starten: bij de ingang van de Wielersbaan aan de Stadsbroek.

Wat doen wij nog meer?

7 april 19:00 uur	Proefles Triathlon 8 t/m 17 jaar oud.
12 mei 19:00 uur	Proefles Triathlon 8 t/m 17 jaar oud.
2 juni 19:00 uur	Proefles Triathlon 8 t/m 17 jaar oud.



Wil je graag meedoen of meer informatie? Scan de **QR-code!**



Groei door beweging

Het belang van sport en bewegen voor kinderen

Sport en bewegen is niet alleen leuk, maar ook essentieel voor de gezondheid, motorische ontwikkeling en het leren van kinderen. Onderzoek laat zien dat kinderen die veel bewegen vaak beter presteren op school. Beweging verbetert concentratie en geheugen en draagt bij aan vaardigheden zoals lezen, rekenen en schrijven. Bovendien helpt sporten bij het ontwikkelen van belangrijke vaardigheden zoals plannen, nadenken en samenwerken. Bewegen maakt kinderen ook blijer en vermindert stress, wat hun leerprestaties verder bevordert.

De teruglopende motorische vaardigheden

Helaas worden kinderen in Nederland motorisch steeds minder vaardig. Dit is zorgelijk. Een goede motoriek is niet alleen belangrijk voor sport en gezondheid, maar ook voor de persoonlijke ontwikkeling. Veel en gevarieerd bewegen, spelen en oefenen zijn cruciaal voor een goede motorische ontwikkeling. Basisvaardigheden zoals rennen, springen, gooien, vangen en balanceren vormen een stevige basis voor het aanleren van specifieke sportvaardigheden later in het leven.

De voordelen van een brede motorische basis

Kinderen met een brede motorische basis hebben minder kans op blessures en kunnen beter omgaan met onverwachte situaties. Daarnaast blijven actieve kinderen vaak sporten als ze ouder worden. Dat werkt positief voor hun lichamelijke, sociale en emotionele ontwikkeling. Een goede motorische ontwikkeling zorgt ook voor meer zelfvertrouwen. Succeservaringen en complimenten van ouders, vrienden en begeleiders geven kinderen een gevoel van zekerheid en plezier in bewegen. Dit helpt hen om nieuwe dingen makkelijker te leren en plezier te blijven houden in sporten en bewegen, hun hele leven lang.





Bewegmogelijkheden in Assen:

In Assen zijn verschillende manieren om te werken aan motorische vaardigheden door veelzijdig bewegen:

1. Sportparticipatie

Zoek je een geschikte en leuke sport voor jouw kind? De sportwijzer kan je daar goed bij helpen: www.assenactief.nl/sportwijzer
Zoek je een passende sportvereniging voor jouw kind? Ga voor een overzicht van alle sportaanbieders in Assen naar:

www.assensportstad.nl/sportaanbod

2. Assen Actief

Op Assen Actief staat een wisselend en actueel aanbod van diverse naschoolse activiteiten op het gebied van sport, gezondheid, media, techniek, kunst, cultuur, natuur en milieu. Ga voor meer informatie naar: www.assenactief.nl.

Tip! In Baggelhuizen, Noorderpark en Pittelo is er elke week een gratis beweegmoment!

BaggelBeweegt

Elke maandagmiddag in Baggelhuizen van 15:15-16:15 uur, MFA Schakelveld (Witterhoofdweg 1A)

NoorderparkBeweegt

Elke maandagmiddag in Noorderpark van 15:15-16:15 uur, Sporthal De Timp (Thorbeckelaan 2)

AftersCool

Elke donderdagmiddag in Pittelo van 15:00-16:00 uur, Pittelohal (Wethouder Bergerweg 2B)

3. Club Extra

Heeft jouw kind extra ondersteuning nodig bij het sporten, bewegen of buitenspelen? Omnigym biedt het programma Club Extra aan. Hier staat plezier in bewegen voorop. In kleine groepen, waarbij voldoende ruimte is voor individuele aandacht, krijgt jouw kind weer plezier én zelfvertrouwen in sport en spel. Ga voor meer informatie naar:

www.omnigym.nl

4. Kinderfysiotherapie

Daarnaast zijn er in Assen ook verschillende kinderfysiotherapeuten (Molengaard Paramedics, SKS en Vaes). De kinderfysiotherapeut behandelt kinderen tot 18 jaar met een achterstand in hun bewegingsontwikkeling, met problemen van bewegingsvaardigheden, bij verminderde kracht en conditie en bij ademhalingsklachten.



Je eigen stickerkaart!

Vraag bij de sportverenigingen waar je heen gaat een sticker en plak hem op de juiste plek!

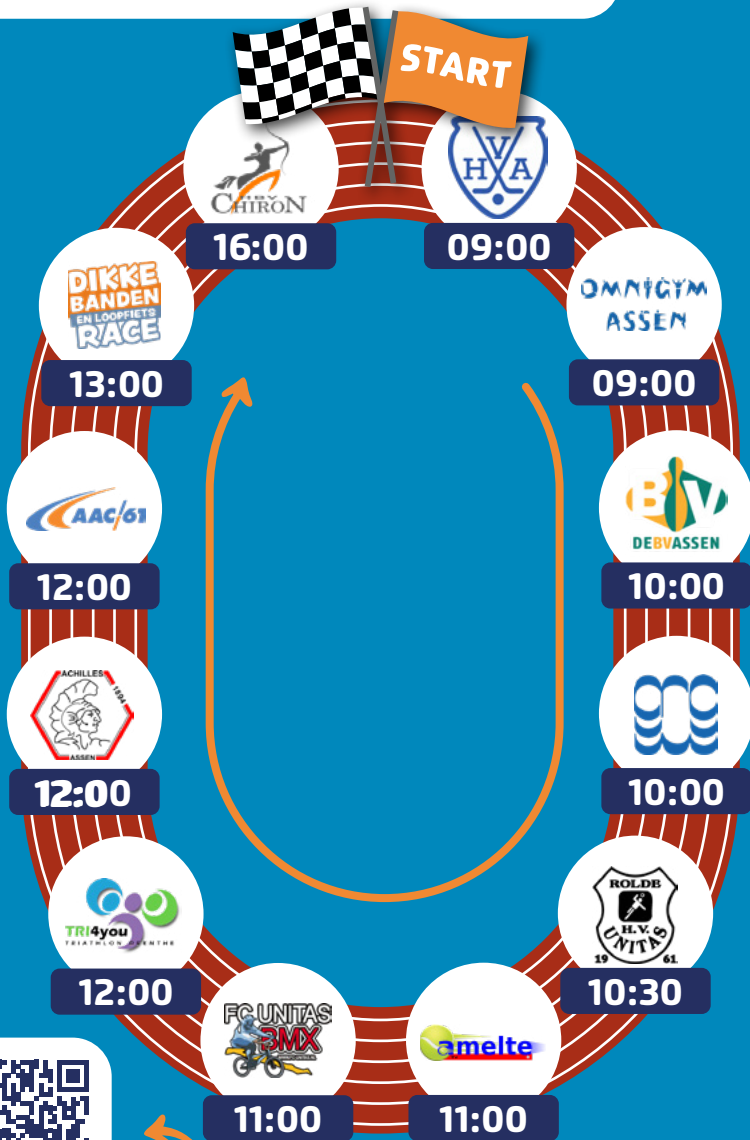


Neem deze pagina mee op 12 april!

Kom langs met jouw stickerkaart met minimaal drie stickers naar **Apollopad 5 (Kantoor Vaart Welzijn)** en ruil deze stickerkaart in voor een vette prijs!

Overzichtsroute

Hier zie je begintijden van de activiteiten bij elke sportclub! Kijk voor het volledige overzicht op **pagina 2**, maar kies gerust je eigen route!



Scan voor meer informatie!

Neem deze pagina mee op 12 april!

