

GEMEENTE WESTERKWARTIER

www.sportencultuurwesterkwartier.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website.
De laatste dag om je aan te melden is: **15 februari 2024**

BOOTCAMP

Witteborgsport - Grijskerk

Start: 28-02, 01-03 of 15-05 - 16 t/m 65 jaar

8 x op wo. of vr. - € 45,-

Uniek Sporten:   

FREERUNNEN

Witteborgsport - Grijskerk

Start: 26-02 - 6 t/m 25 jaar

8 x op ma. - € 45,-

Uniek Sporten:   

JUMPING MOVE

Witteborgsport - Opende of Grijskerk

Start: 26-02 of 27-02 - 25 t/m 85 jaar

8 x op ma. of di. - € 75,-

Uniek Sporten:   

PEUTER-/KLEUTERGYMNASTIEK

Witteborgsport - Opende

Start: 27-02 - 2 t/m 6 jaar

8 x op di. - € 45,-

Uniek Sporten:   

POWERWALK

KDV Kwiek - Zuidhorn

Start: 07-05 - 18 t/m 65 jaar

8 x op di. - € 35,-

Uniek Sporten:   

SENIORENSPORT

KDV Kwiek - Zuidhorn

Start: 26-02 - 55 t/m 100 jaar

8 x op ma. - € 35,-

Uniek Sporten:      

TENNIS

T.V. De Mepsche - Niekerk

Start: 26-02 of 06-05 - 6 t/m 90 jaar

1 x op ma. - Gratis

Uniek Sporten:  

VOLLEYBAL

KDV Kwiek - Zuidhorn

Start: 26-02 - 55 t/m 80 jaar

8 x op ma. - € 35,-

Uniek Sporten:    

YOGA

Happiness Yoga Lifestyle - Opende

Start: 26-02 of 28-02

4 t/m 8, 8 t/m 12 of 11 t/m 18 jaar

2 x op ma. of wo. - Gratis

Uniek Sporten:        

ZUMBA

Witteborgsport - Marum

Start: 26-02 - 35 t/m 85 jaar

8 x op ma. - € 45,-

Uniek Sporten:  

www.sportencultuurwesterkwartier.nl

SPELREGELS UNIEK SPORTEN HOPPER

DEELNAME

Het doel van de Uniek Sporten Hopper is om inwoners uit de provincie Groningen met een beperking, achterstand of andere kwetsbaarheid op een laagdrempelige manier kennis te laten maken met verschillende sport- en beweegactiviteiten bij lokale verenigingen en aanbieders.

AANBOD

Er is aanbod in vijf verschillende gemeenten. Opgeven voor een cursus kan op de website van de gemeente waar het aanbod georganiseerd wordt.

BEVESTIGING

Enkele dagen na afloop van de aanmeldperiode vindt de eventuele loting plaats. Je ontvangt dan een e-mail of je wel of niet kan deelnemen. Ook als de cursus vol is ontvang je bericht.

Heb je een week voordat de cursus begint, niets van ons ontvangen, bel dan met:

050-8700100 of mail info@hvdsg.nl

KOSTEN

De kosten verschillen per cursus en staan bij elke cursus apart vermeld. Indien de cursus niet gratis is, betaal je de eerste les het volledige cursusbedrag aan de vereniging of aanbieder.







Afhankelijk van de aanbieder is het verplicht of mogelijk om met pin te betalen.

ORGANISATIE

Uniek Sporten Hopper wordt georganiseerd door Huis voor de Sport Groningen in samenwerking met verenigingen en aanbieders uit de provincie Groningen.

Bij opgave gaat u akkoord met de algemene voorwaarden.

KLEUREN LEGENDA:

-  Visueel (blind/slechtziend)
-  Auditief (doof/slechthorend)
-  Autisme Spectrum Stoornis
-  Chronische aandoening
-  Gedragsproblematiek
-  Lichamelijk
-  Meervoudig
-  Niet aangeboren hersenletsel
-  Psychisch
-  Verstandelijk

 **Huis voor de Sport Groningen**

UNIEK SPORTEN HOPPER

PERIODE B LENTE/ZOMER 2024



MEER INFORMATIE?

Neem contact op met een van de beweegcoaches of contactpersonen.



BEWEGCOACHES
Groningen
e.wollerich@hvdsg.nl



Eemsdelta
c.tenhove@hvdsg.nl



Het Hogeland
m.westerhuis@hvdsg.nl



Westerkwartier
k.vanleeren@sociaalwerkdeshans.nl

CONTACTPERSOON

Midden-Groningen
jan.blaauw@midden-groningen.nl



COLOFON

Uniek Sporten Hopper

ORGANISATIE
Huis voor de Sport Groningen

OPDRACHTGEVER
Provincie Groningen

 **Huis voor de Sport Groningen**

 **fotofabriek**

UITLEENSERVICE

Uniek Sporten Uitleen zorgt ervoor dat mensen met een fysieke beperking sporthulpmiddelen kunnen uitproberen. Door de beschikbaarheid van sportvoorzieningen vanuit een uitleenpool, kun je uit het brede aanbod uiteindelijk de sport kiezen die het beste bij je past.

Uniek Sporten Uitleen is meer dan een uitleenservice voor de sportrolstoelen of handbikes, het is een mobiliteitsgarantie. De sporter krijgt advies over het sporthulpmiddel en het gebruik ervan. Het middel wordt persoonlijk gepast en afgesteld op je wensen en tijdens de uitleenperiode is technische service en onderhoud beschikbaar.

Uniek Sporten Uitleen is bedoeld voor (jong)volwassenen die om te kunnen sporten zijn aangewezen op een rolstoel, handbike of loophulpmiddel.

Kijk op uniek sporten.nl/uitleen

* De uitleenservice is momenteel beschikbaar in de gemeenten Eemsdelta, Groningen, Het Hogeland, Midden-Groningen, Stadskanaal, Veendam en Westerwolde

Benieuwd naar nog meer uniek sportaanbod bij jou in de buurt?

Kijk op www.uniek sporten.nl

Ook vind je hier meer informatie over bijvoorbeeld de aanvraag van sporthulpmiddelen.

MATCHPOINT SPORTMAATJE

Heb je een lichamelijke beperking en zoek je een maatje om mee te sporten?

Meld je dan aan bij matchpoint sportmaatje <https://stichtingbea.nl/over-matchpoint-sportmaatje/>



GEMEENTE GRONINGEN

www.sportcultuurhopper.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website.
De laatste dag om je aan te melden is: **7 maart 2024**

BASKETBAL

BVG - De Wijert

Start: 19-03 - 8 t/m 39 jaar
4 x op di. - € 5,- • Uniek Sporten: + :

CONDITIETRAINING

HSV Haren - Haren

Start: 20-03 - 65 t/m 90 jaar
2 x op wo. - Gratis • Uniek Sporten: V + = # / / / / :

DOOFVRIENDELIJK KICKBOKSEN

Happy Body Movement - Haren

Start: 21-05 - 16 t/m 99 jaar
9 x op di. - € 50,- • Uniek Sporten: -

G-KORFBAL

CKV ROG - Kardinge

Start: 13-04 - 12 t/m 99 jaar
3 x op za. - Gratis • Uniek Sporten: :

GOALBALL

Stichting BEA - Haren

Start: 20-03 - 18 t/m 65 jaar
8 x op wo. - Gratis • Uniek Sporten: V

G-TENNIS

G.L.T.V. Cream Crackers - Corpus den Hoorn

Start: 22-04 - 18 t/m 99 jaar
3 x op ma. - Gratis • Uniek Sporten: + : :

GYMNASTIEK - TURNEN

HSV Haren - Haren

Start: 22-03 - 4 t/m 6 jaar
2 x op vr. - Gratis • Uniek Sporten: + # / / / / :

JEUGDKICKBOKSEN

Misheru Chikara Gym - Haren

Start: 22-03 of 29-03 - 6 t/m 8 of 7 t/m 15 jaar
8 x op vr. - € 3,- • Uniek Sporten: + ≈ : :

JUDO

Dijkmansport - Oosterhoogebrug

Start: 20-03 - 6 t/m 50 jaar
4 x op wo. - € 15,- • Uniek Sporten: + :

Jiritsu - Hoogkerk of Haren

Start: 19-03, 21-03 of 22-03
5 t/m 7, 5 t/m 8, 8 t/m 9, 8 t/m 14, 9 t/m 14 of
10 t/m 14 jaar
4 x op di., do. of vr. - € 10,-
Uniek Sporten: V - + ≈

www.sportcultuurhopper.nl

MUZIEK - KINDERKOOR

Groninger Kinder en Jeugdkoor - Zuid

Start: 02-04 - 8 t/m 12 jaar
3 x op di. - € 5,- • Uniek Sporten: #

MUZIEK - KOOR

Gemengd koor De Zingerij - Lewenborg

Start: 18-03 - 18 t/m 88 jaar
8 x op ma. - Gratis • Uniek Sporten: #

Groninger Kinder en Jeugdkoor - Rivierenbuurt

Start: 10-05 - 12 t/m 18 jaar
3 x op vr. - € 5,- • Uniek Sporten: #

MUZIEK - PIANO

Igor Demydczuk - Lewenborg

Start: 19-03 - 9 t/m 99 jaar
2 x op di. - € 15,- • Uniek Sporten: +

NUNCHAKU

Jiritsu - Hoogkerk

Start: 18-03 - 7 t/m 14 of 14 t/m 99 jaar
4 x op ma. - € 10,- • Uniek Sporten: - + ≈

DANSEN OP RECEPT

Dans op recept - De Hoogte

Start: 18-03 - 25 t/m 100 jaar
8 x op ma. - € 4,50 • Uniek Sporten: = /

ROLSTOELTENNIS

TSH - Haren

Start: 11-04 - 8 t/m 99 jaar
8 x op do. - Gratis • Uniek Sporten: = #

SENIORENGYMNASTIEK

HSV Haren - Noordlaren

Start: 20-03 - 65 t/m 80 jaar
2 x op wo. - Gratis • Uniek Sporten: V + = # / / / / :

STOEL WORKOUT

Chair Workout - Online

Start: 24-03 - 18 t/m 80 jaar
5 x op zo. - € 15,- • Uniek Sporten: = # /

STOELFITNESS

Chair Workout - Online

Start: 16-06 - 18 t/m 80 jaar
5 x op zo. - € 15,- • Uniek Sporten: = # /

STOELYOGA

Chair Workout - Online

Start: 15-04 - 18 t/m 80 jaar
5 x op ma. - € 15,- • Uniek Sporten: = # /

TENNIS

TSH - Haren

Start: 08-04, 09-04 of 10-04
6 t/m 8, 8 t/m 10 of 10 t/m 12 jaar
4 x op ma., di. of wo. - € 15,-
Uniek Sporten: + = ≈ # / / / :

UNICURL

Ontmoetingsplek Sportpark Coendersborg - Coendersborg

Start: 19-03 - 60 t/m 100 jaar
5 x op di. - Gratis • Uniek Sporten: - + #

VITALITEITSTRAINING

HSV Haren - Haren

Start: 18-03, 22-03 of 08-04
55 t/m 99 of 65 t/m 90 jaar
2 x of 4 x op ma. of vr. - Gratis
Uniek Sporten: V + = # / / / / :

VOLLEYBAL

HSV Haren - Haren

Start: 19-03 - 35 t/m 80 jaar
2 x op di. - Gratis • Uniek Sporten: + : :

ZEILEN

VWDTP - Haren

Start: 20-04, 11-05, 25-05, 08-06, 22-06 of 06-07
12 t/m 100 jaar - 1 x op za. - € 17,50
Uniek Sporten: V - + = # M / / / / :

GEMEENTE MIDDEN-GRONINGEN

www.hoppermidden-groningen.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website.
De laatste dag om je aan te melden is: **15 februari 2024**

BADMINTON

Bahosa - Hoogezand

Start: 05-03, 02-04 of 07-05
6 t/m 12, 12 t/m 17 of 18 t/m 100 jaar
2 x op di. - Gratis
Uniek Sporten: - + = ≈ # / / / :

www.hoppermidden-groningen.nl

KLEUREN LEGENDA:

- V Visueel (blind/slechtziend)
- Auditief (doof/slechthorend)
- + Autisme Spectrum Stoornis
- = Chronische aandoening
- ≈ Gedragsproblematiek
- # Lichamelijk
- M Meervoudig
- / Niet aangeboren hersenletsel
- o Psychisch
- : Verstandelijk

GEMEENTE HET HOGELAND

www.hogelandbeweegt.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website.
De laatste dag om je aan te melden is: **15 februari 2024**

JUDO

Judovereniging Bushido Winsum - Winsum

Start: 07-03 - 4 t/m 100 jaar
4 x op do. - Gratis
Uniek Sporten: V - + = ≈ # / / / / :

TAFELTENNIS

TTV Aktief Winsum - Winsum

Start: 07-03 - 8 t/m 108 jaar
8 x op do. - Gratis
Uniek Sporten: - + = ≈ # / / / / :

www.hogelandbeweegt.nl

GEMEENTE EEMSDelta

www.eemsdeltabeweegt.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website.
De laatste dag om je aan te melden is: **15 februari 2024**

FRAME RUNNING

AV Fivelstreek - Delfzijl

Start: 28-02 - 7 t/m 14 jaar
4 x op wo. - Gratis
Uniek Sporten: V - + = # / / / :

TAEKWON-DO

Louisa Martial Arts - Farmsum

Start: 28-02 - 4 t/m 99 jaar
4 x op wo. - Gratis
Uniek Sporten: ≈ #

TAFELTENNIS

TTV Midstars - Middelstum

Start: 05-03 - 6 t/m 100 jaar
7 x op di. - € 1,-
Uniek Sporten: - + = # M / / / / :

WANDELEN

Beweegcoach Huis voor de Sport Groningen - Delfzijl of Appingedam

Start: 01-03, 04-03, 05-03 of 06-03
18 t/m 90 jaar
2 x op vr., ma., di. of wo. - Gratis
Uniek Sporten: V - + = # / / / / :

www.eemsdeltabeweegt.nl