

Warming-up week Norgerlympics 2014

Vanaf zaterdag 14 juni een week lang onbeperkt sporten bij Bewegingscentrum Norg én onbeperkt zwemmen bij Molenduinbad voor maar € 20,00 p/p.

Een goede warming-up voor de Norgerlympics: Onbeperkt zwemmen en sporten op Sportpark Eenerstraat. Alle (doelgroep)lessen bij zowel het bewegingscentrum, als het zwembad zijn toegankelijk, evenals vrij zwemmen, baantjes zwemmen, discozwemmen en onbeperkt fitnessen. Bovendien kan elke deelnemer 1x een Turks stoombad (Molenduinbad) nemen en 1x het saunaplein (Bewegingscentrum Norg) bezoeken in deze week. Dit is uw kans om alle onderstaande activiteiten onbeperkt te proberen.

Koop uw kaart voor €20,00 p/p aan de balie en kom 1 week onbeperkt zwemmen en sporten:

	Molenduinbad	Bewegingscentrum Norg
Za 14 juni	Recreatief zwemmen 13.00-16.00 uur	Openingstijden fitness/ wellness 9.30-13.30 uur Streetdance 10.00-13.00 uur Klassiek Ballet 10.00-10.45 uur
Zo 15 juni	Ouder en kind zwemmen 08.45-09.45 uur Recreatief zwemmen 10.00-16.30 uur	Balance 10.30-12.00 uur
Ma 16 juni	Recreatief zwemmen 13.15-16.00 uur	Openingstijden fitness/ wellness 9.30-13.30 uur Circuit 10.00-11.00 uur Qigong 10.00-10.30 uur Herstellende Yoga 10.30-11.30 uur Doelgroep 18.00-18.45 uur Fiets-in 19.00-20.00 uur Zumba/ BBB 19.00-20.00 uur Tae Bo variant 20.00-21.00

Di 17 juni	Recreatief zwemmen 07.00-11.30 uur Fifty-fit 09.00-09.30 uur Ouder en kin zwemmen 09.30-11.00 uur Recreatief zwemmen 13.15-16.00 uur Recreatief zwemmen 19.30-21.30 uur Aquaspinning 20.30-21.15 uur	Openingstijden fitness/ wellness 08.30-21.30 uur Circuit-fit 10.00-10.45 uur Body-pump 19.00-19.45 uur Pilates 20.00-21.00 uur
Wo 18 juni	Recreatief zwemmen 08.00-11.30 uur Aquajogging 09.15-09.45 uur Aquarobic 09.45-10.15 uur Swimslim 10.15-11.00 uur Recreatief zwemmen 13.15-16.00 uur Zwemvaardigheid proefles 14.30-15.30 uur Dikke pret zwemmen 16.00-17.00 uur Recreatief zwemmen 19.30-21.30 uur Aquaspinning 19.45-20.30 uur Hydrofit 20.30-21.15 uur	Openingstijden fitness/ wellness 08.30-21.30 uur BBB 09.00-10.00 uur Keep-fit 10.00-11.00 uur Jeugdfitness 8-12 jaar 13.30-14.30 uur Qigong plus 19.00-20.00 uur Fiets-in 19.30-20.30 uur Balance 20.00-21.00 uur
Do 19 juni	Recreatief zwemmen 07.00-11.30 uur Fifty-fit 09.30-10.00 uur Recreatief zwemmen 13.15-16.00 uur Recreatief zwemmen 19.30-21.30 uur Hydrofit 19.00-19.30 uur Fitnesszwemmen 20.30-21.00 uur	Openingstijden fitness/ wellness 08.30-21.30 uur Circuit-fit 10.00-10.30 uur Labooca 19.00-20.00 uur Mindfulness Yoga 19.00-20.30 uur Fiets-in 20.15-21.15 uur

Vrij 20 juni	Therapiezwemmen 09.15-10.45 uur Recreatief zwemmen 13.15-16.00 uur Disco zwemmen 19.30-21.30 uur	Openingstijden fitness/ wellness 08.30-21.30 uur Qigong 10.00-10.30 uur Herstellende Yoga 10.30-11.30 uur Jeugdfitness 8-12 jaar 16.00-17.00 uur Qigong plus 16.45-17.45 uur Show dance t/m 9 jr 16.45-17.30 uur Show dance 9+ jr 17.30-18.15 uur Body-pump 19.00-20.00 uur Fiets-in 20.00-21.00 uur Pilates 20.00-21.00 uur
--------------	--	---

Kijk voor meer informatie op www.molenduinbad.nl of www.bcnorg.nl

Programma Norgerlympics 2014

Datum Tijd	Activiteit	Locatie	Organisator meer info en opgave	Toelichting
Zaterdag 21 juni 13.00 uur	Openingsceremonie	Brinkhofweide	Beweegdorp Norg <i>meer info:</i> <i>www.beweegdorpnorg.nl</i>	Vlaggenceremonie en verschillende demonstraties
Zaterdag 21 juni 13.00-13.15 uur 13.30-14.00 uur 14.00-14.45 uur	Coördinatie training voor voetbal- en tennisjeugd demo t/m 12 jaar vanaf 13 jaar	Brinkhofweide	Gymnastiekvereniging K&V Norg <i>meer info en opgave:</i> <i>Jos Hindriks:</i> <i>Jos_hindriks@hotmail.com of 06-53785354</i>	Als je beter leert bewegen word je beter in jouw sport. Wat jouw sport ook is!
Zaterdag 21 juni 13.30 uur	Beachvolleybal	Brinkhofweide	Novok Recreatief <i>meer info en opgave:</i> <i>Marian Knollema: mknollema@gmail.com,</i> <i>Gert van Schreven: vanschreven@hetnet.nl of</i> <i>Facebookpagina van Novok</i>	4 tegen 4 Beach volleybaltoernooi.
Zaterdag 21 juni 13.30 uur	Survivaltraining/ workshop voor 16+	Brinkhofweide en omgeving	Survival vereniging Norg <i>meer info en opgave:</i> <i>Eric Lowes: 06-20610976</i> <i>Rachel Adminraal: 06-24571618</i>	Deelnemers krijgen een survivaltraining met daarin hardlopen, techniektraining en krachttraining. Hardloopschoenen, strakke lange hardloopbroek of trainingsbroek en T-shirt aan

Datum Tijd	Activiteit	Locatie	Organisator meer info en opgave	Toelichting
Zaterdag 21 juni 13.30 uur	Jeu de Boules	Jeu de Boules banen bij café Zwaneveld	Jeu de Boules groep Zwaneveld <i>meer info en opgave:</i> <i>info@cafezwaneveld.nl of 0592-612271</i>	Open jeu de boules wedstrijden voor iedereen die van ontspanning, inspanning en precisie houdt.
Zaterdag 21 juni 16.00-17.00 uur	Jeugdsport	Sporthal De Brinkhof	Gymnastiekvereniging K&V Norg <i>meer info en opgave:</i> <i>Jos Hindriks:</i> <i>Jos_hindriks@hotmail.com of 06-53785354</i>	Jeugdsport is een sportgroep waar de jeugd een sport kiest, waar vervolgens een aantal weken in wordt getraind. Deze keer wordt het populaire 'freerunning' gegeven!
Zaterdag 21 juni 17.00-21.00 uur	Buurtenvoetbal	Brinkhofweide	Voetbalvereniging GOMOS <i>meer info en opgave:</i> <i>renkie_jeroen@hotmail.com of</i> <i>jan-harm_siegers@hotmail.com</i>	Per buurt/dorp wordt een team gevormd, deze teams nemen het tijdens het buurtenvoetbal tegen elkaar op. Er wordt 5 tegen 5 gespeeld.
Zondag 22 juni 10.00 uur	Klootschieten	Parcours Norg en omgeving	Klootschietgroep Zwaneveld <i>meer info en opgave:</i> <i>info@cafezwaneveld.nl of 0592-612271</i>	Traditionele balwerpsport in de omgeving van het mooie dorp Norg
Zondag 22 juni 10.00-12.00 uur	Survivalrun 2,5 voor jeugd 6-15 jaar	Brinkhofweide en omgeving	Survival vereniging Norg <i>meer info en opgave:</i> <i>Eric Lowes: 06-20610976</i> <i>Rachel Adminraal: 06-24571618</i>	Survivalrun is hardlopen gecombineerd met het overwinnen van hindernissen (kruipen, klimmen, evenwicht etc.) Hardloopschoenen, strakke lange hardloopbroek of trainingsbroek en T-shirt aan
Zondag 22 juni 14.00-16.00 uur	Survivalrun 5 km voor 16+	Brinkhofweide en omgeving	Survival vereniging Norg <i>meer info en opgave:</i> <i>Eric Lowes: 06-20610976</i> <i>Rachel Adminraal: 06-24571618</i>	Survivalrun is hardlopen gecombineerd met het overwinnen van hindernissen (kruipen, klimmen, evenwicht etc.) Hardloopschoenen, strakke lange hardloopbroek of trainingsbroek en T-shirt aan
Zondag 22 juni 14.00 uur	Beachkorfbal	Beachterrein Brinkhofweide	Korfbalvereniging DES <i>meer info en opgave:</i> <i>0592-613812 of bouwman46@home.nl</i>	Moderne vorm van korfbal 4 – 4, in één vak. Op een beachveld van 15 bij 25.

Datum Tijd	Activiteit	Locatie	Organisator meer info en opgave	Toelichting
Maandag 23 juni 10.00-11.30 uur	Sport en bewegen voor 50+	Brinkhof	De Wiekslag, Vijversburg, WiN, Gezond Sportief en SportCoach Noordenveld <i>meer info:</i> <i>Sportcoach Esther Witte SportDrenthe/Welzijn in Noordenveld 050-3176500 of Koojsje Meiborg 06-51910803</i>	Gevarieerde sport en beweegactiviteiten voor 50+. Duofiets, Wii, Stoelmassage, Tia Chi
Dinsdag 24 juni 's middags en 's avond	Biljarten	De Brinkhof	Biljartvereniging "Ons genoeg 2012" te Norg <i>Meer info en opgave</i> <i>kkeun@hotmail.nl of 0592 -613841</i>	Biljart clinics voor iedereen die wil kennismaken met het fijne spel van de biljartsport in al haar geledingen.
Dinsdag 24 juni 17.30-21.00 uur	Avond 4 daagse	Start vanaf het Norghouse op de Brinkhofweide	Wandelvereniging Eendracht <i>meer info en opgave:</i> <i>www.eendrachtassen.nl of 0592-612211</i>	Gezellige wandeltochten van 5 of 10 kilometer rondom Norg en de buurdorpen. Verharde wegen en veel zandpaden. Daarnaast is er dit jaar ook een route van 3 kilometer over verharde wegen voor mensen met een rollator, kleinere kinderen, kinderwagens en buggy's.
Dinsdag 24 juni 18.00-21.30 uur	Viswedstrijd	Vertrek vanaf Café Zwaneveld	Hengelsportvereniging Norg <i>Meer info en opgave:</i> <i>B. Kroeze 0592-613833 opgave voor 10 juni as</i>	Vissen aan de Norgervaart. Iedereen kan mee doen. Voor eendaagse visakte zorgt HSV Norg
Dinsdag 24 juni 20.00 uur	Badminton Beach badminton bij goed weer	Sporthal Brinkhof Beachveld Brinkhofweide Bij goed weer	BC Norg ism Badmintonvereniging Space Shuttle Roden <i>meer info en opgave</i> W. Timmers:0592-614479 of timmersnorg@live.nl	Kennismaken met badminton als sport
Woensdag 25 juni 10.00-11.30 uur	Sport en bewegen voor 50+	De Wiekslag	De Wiekslag, Vijversburg, WiN, Gezond Sportief en SportCoach Noordenveld <i>meer info:</i> <i>Sportcoach Esther Witte SportDrenthe/Welzijn in Noordenveld 050-3176500 of Koojsje Meiborg 06-51910803</i>	Gevarieerde sport en beweegactiviteiten voor 50+. Duofiets, Wii, Stoelmassage, Tia Chi

Datum Tijd	Activiteit	Locatie	Organisator meer info en opgave	Toelichting
Woensdag 25 juni 13.30-17.30 uur	Judo toernooi	Bewegingscentrum Norg Eenerstraat Norg	Judovereniging Yuseigachi <i>Meer info en opgave:</i> <i>Olav Meijer voorzitter@judo-norg.nl of</i> <i>0592-398824</i>	Minitoernooi (5 t/m 8 jarigen)
Woensdag 25 juni 14.00-16.00 uur	Survivaltraining/ workshop voor jeugd tot 16 jaar	Brinkhofweide en omgeving	Survival vereniging Norg <i>meer info en opgave:</i> <i>Eric Lowes: 06-20610976</i> <i>Rachel Adminraal: 06-24571618</i>	Deelnemers krijgen een survivaltraining met daarin hardlopen, techniektraining en krachttraining. Hardloepschoenen, strakke lange hardloopbroek of trainingsbroek en T-shirt aan
Woensdag 25 juni 17.30-21.00 uur	Avond 4 daagse	Start vanaf het Norghouse op de Brinkhofweide	Wandelvereniging Eendracht <i>meer info en opgave:</i> <i>www.eendrachtassen.nl of 0592-612211</i>	Gezellige wandeltochten van 5 of 10 kilometer rondom Norg en de buurtdorpen. Verharde wegen en veel zandpaden. Daarnaast is er dit jaar ook een route van 3 kilometer over verharde wegen voor mensen met een rollator, kleinere kinderen, kinderwagens en buggy's.
Woensdag 25 juni 19.00-23.00 uur	Tennisactiviteit met als thema Gentlemen'	Tennispark Eenerstraat 50 te Norg	Norger Tennisvereniging <i>meer info en opgave:</i> <i>www.norgertv.nl of info@norgertv.nl</i>	De jaarlijkse Gentlemen's night zal worden uitgreid door niet leden uit te nodigen om te doen aan deze tennisavond waarbij NVT leden wordt gevraagd een introductie mee te brengen.
Donderdag 26 juni 17.30-21.00 uur	Avond 4 daagse	Start vanaf het Norghouse op de Brinkhofweide	Wandelvereniging Eendracht <i>meer info en opgave:</i> <i>www.eendrachtassen.nl of 0592-612211</i>	Gezellige wandeltochten van 5 of 10 kilometer rondom Norg en de buurtdorpen. Verharde wegen en veel zandpaden. Daarnaast is er dit jaar ook een route van 3 kilometer over verharde wegen voor mensen met een rollator, kleinere kinderen, kinderwagens en buggy's.

Datum Tijd	Activiteit	Locatie	Organisator meer info en opgave	Toelichting
Vrijdag 27 juni 10.00-11.30 uur	Sport en bewegen voor 50+	De Vijversburg	De Wiekslag, Vijversburg, WiN, Gezond Sportief en SportCoach Noordenveld <i>meer info:</i> <i>Sportcoach Esther Witte SportDrenthe/Welzijn in Noordenveld 050-3176500 of Koojsje Meiborg 06-51910803</i>	Gevarieerde sport en beweegactiviteiten voor 50+. Duofiets, Wii, Stoelmassage, Tia Chi
Vrijdag 27 juni 17.30-21.00 uur	Avond 4 daagse	Start vanaf het Norghouse op de Brinkhofweide	Wandelvereniging Eendracht <i>meer info en opgave:</i> <i>www.eendrachtassen.nl of 0592-612211</i>	Gezellige wandeltochten van 5 of 10 kilometer rondom Norg en de buurdorpen. Verharde wegen en veel zandpaden. Daarnaast is er dit jaar ook een route van 3 kilometer over verharde wegen voor mensen met een rollator, kleinere kinderen, kinderwagens en buggy's.
Zaterdag 28 juni 12.00-18.00 uur	1-2-3-4-mijl	Brinkhofweide e.o.	<i>meer info en opgave:</i> <i>1234mijlnorg@gmail.com</i>	Diverse leeftijdscategorieën lopen 1,2,3 of 4 mijl. Afhankelijk van aanmeldingen ieder uur een groep.
Zaterdag 28 juni 16.00-20.00 uur	Sluitingsceremonie	Brinkhofweide en in het Norghouse	Beweegdorp Norg en BILLBOARD <i>meer info:</i> <i>www.beweegdorpnorg.nl en www.coverbandbillboard.nl</i>	Afsluiting 3de Norgerlympics met het strijken van de vlaggen en BILLBOARD. Fris en vrolijk geluid gecombineerd met jarenlange ervaring.