

Buurtsportcoaches Opsterland

Ilse Sjonger	i.sjonger@sportfryslan.nl	06-30062410
Jasper Blankert	j.blankert@sportfryslan.nl	06-20706654
Geert Kwant	g.kwant@sportfryslan.nl	06-57040151
Jeltse Mud	j.mud@sportfryslan.nl	06-82514037

Laagdrempelig sportaanbod Nij Beets en Tijnje

Op zoek naar al het sportaanbod in uw dorp?
Kijk dan op www.sportinopsterland.nl of neem contact op met:

Buurtsportcoach Geerte Kwant
☎ 06-57040151
@ g.kwant@sportfryslan.nl

Overzicht sportverenigingen

Sport	Pagina
Nij Beets	2
<i>Gymnastiek en Turnen</i>	2
<i>Hardlooptraining</i>	3
<i>Keep Fit</i>	4
<i>Meer bewegen voor ouderen</i>	5
<i>Streetdance</i>	6
<i>Overige sportverenigingen</i>	7
Tijnje	8
<i>Voetbal</i>	8
<i>Overige sportverenigingen</i>	9



Ilse Sjonger	i.sjonger@sportfryslan.nl	06-30062410
Jasper Blankert	j.blankert@sportfryslan.nl	06-20706654
Geert Kwant	g.kwant@sportfryslan.nl	06-57040151
Jeltse Mud	j.mud@sportfryslan.nl	06-82514037

Nij Beets

Gymnastiek en Turnen

Peuter en kleutergym is speels, met muziek en dans.

Bij gymnastiek 1, gymnastiek 2 en turnen trainen we voor onderlinge wedstrijden en uitvoeringen. Bij de uitvoeringen worden turnoefeningen vermengd met muziek en theater. Nadruk ligt op plezier in bewegen.

Wanneer	Vrijdag: 15:30-16:30 uur Peuter en kleutergym 16:30-17:30 uur Gym 1 17:30-18:30 uur Gym 2 18:30-19:30 uur Turnen
Doel	Spel, Gymnastiek en Turnen
Doelgroep	Peuterschool tot en met jeugd
Kosten	€ 27,50 voor het eerste lesuur per kwartaal € 20,00 voor het tweede lesuur per kwartaal
Locatie	Gymzaal tussen basisscholen Nij Beets
Adres	Gietersewei 2, Nij Beets
Organisatie	K&V Nij Beets
Contactpersoon	Lybrich Kramer/Lysbeth Jongbloed ☎ 0512-850663 @kvnij-beets@live.nl
Website	www.kenvnijbeets.nl
Deskundigheid personeel	Gediplomeerd trainer



Ilse Sjonger	i.sjonger@sportfryslan.nl	06-30062410
Jasper Blankert	j.blankert@sportfryslan.nl	06-20706654
Geert Kwant	g.kwant@sportfryslan.nl	06-57040151
Jeltse Mud	j.mud@sportfryslan.nl	06-82514037

Hardlooptraining

Met plezier wordt er gewerkt aan de conditie, doen we zo nu en dan mee aan een leuke prestatie loop. Kun je een 5 kilometer aan, zo tussen de 25 en 40 minuten, dan kan je zo mee!
De training is in onze eigen omgeving en in het bos van Beetsterzwaag. Heb je zin om eens mee te doen dan ben je van harte welkom.

Wanneer	Woensdag 08:30-09:30 uur Donderdag 19:00-20:00 uur
Doel	Hardlooptraining
Doelgroep	Volwassenen
Kosten	€35 per kwartaal
Locatie	In en om Nij Beets of in de omgeving van Beetsterzwaag
Adres	Informeer bij trainster
Organisatie	K&V Nij Beets
Contactpersoon	Petra Grimbergen ☎ 06-24256069 @ kvnij-beets@live.nl
Website	www.kenvnijbeets.nl
Deskundigheid personeel	Gediplomeerd trainer



Buurtsportcoaches Opsterland

Ilse Sjonger	i.sjonger@sportfryslan.nl	06-30062410
Jasper Blankert	j.blankert@sportfryslan.nl	06-20706654
Geert Kwant	g.kwant@sportfryslan.nl	06-57040151
Jeltse Mud	j.mud@sportfryslan.nl	06-82514037

Keep Fit

In de keepfit groep worden er verschillende lessen aangeboden; sport en spel, bewegen op muziek, conditie, lenigheid, kracht, enz. De lessen zijn gericht op fit blijven, maar de lessen moeten ook gezellig zijn. Iedereen kan makkelijk mee doen met de lessen.

Wanneer	Maandag 19:15-20:00 uur
Doel	Keep Fit
Doelgroep	(jong) Volwassenen
Kosten	€30 per jaar
Locatie	Gymzaal tussen basisscholen Nij Beets
Adres	Gietersewei 2, Nij Beets
Organisatie	K&V Nij Beets
Contactpersoon	Lybrich Kramer/Lysbeth Jongbloed ☎ 0512-850663 @ kvnij-beets@live.nl
Website	www.kenvnijbeets.nl
Deskundigheid personeel	Motiverende trainer



Buurtsportcoaches Opsterland

Ilse Sjonger	i.sjonger@sportfryslan.nl	06-30062410
Jasper Blankert	j.blankert@sportfryslan.nl	06-20706654
Geert Kwant	g.kwant@sportfryslan.nl	06-57040151
Jeltse Mud	j.mud@sportfryslan.nl	06-82514037

Meer bewegen voor ouderen

Wanneer	Maandag 16.00 – 17.00 uur Van oktober tot met mei
Doel	Eens per week deelnemen aan een goede en gezellige gymles
Doelgroep	55+
Kosten	€2 per les, ook bij afmelding De eerste les is gratis voor nieuwkomers
Locatie	Gymzaal Nij Beets
Adres	Gieterswei 4 Nij Beets
Organisatie	Meer Bewegen Voor Ouderen
Contactpersoon	Sia van der Honing ☎ 06-20481535 @ siavanderhoning@live.nl
Deskundigheid personeel	Gediplomeerd docent



Ilse Sjonger	i.sjonger@sportfryslan.nl	06-30062410
Jasper Blankert	j.blankert@sportfryslan.nl	06-20706654
Geert Kwant	g.kwant@sportfryslan.nl	06-57040151
Jeltse Mud	j.mud@sportfryslan.nl	06-82514037

Streetdance

Oefenen voor uitvoeringen, uitgekomen wordt in categorieën als jazz, modern en streetdance. Plezier in bewegen staat voorop. De leeftijd van de jongste groep vanaf 6 jaar.

Wanneer	Maandag 17:45 - 18:30 uur Streetdance 1 18:30 - 19:15 uur Streetdance 2
Doel	Streetdance
Doelgroep	Vanaf groep 4, eerste groep jongere kinderen, tweede groep oudere kinderen en jeugd
Kosten	€30 per kwartaal
Locatie	Gymzaal tussen basisscholen Nij Beets
Adres	Gietersewei 2, Nij Beets
Organisatie	K&V Nij Beets
Contactpersoon	Lybrich Kramer/Lysbeth Jongbloed ☎ 0512-462227 @ kvnij-beets@live.nl
Website	www.kenvnijbeets.nl
Deskundigheid personeel	Motiverende trainer



Buurtsportcoaches Opsterland

Ilse Sjonger	i.sjonger@sportfryslan.nl	06-30062410
Jasper Blankert	j.blankert@sportfryslan.nl	06-20706654
Geert Kwant	g.kwant@sportfryslan.nl	06-57040151
Jeltse Mud	j.mud@sportfryslan.nl	06-82514037

Overige sportverenigingen

Activiteit	Informatie en contact
Volleybal Recreatief	DeTûke Batsers Magriet Huitema ☎ 0512 461773 Wo 19.00 uur in de gymzaal
Volleybal ODS Recreanten	secretariaat@vv-ods.nl Wo 19.00-20.30 Revalidatiecentrum Beetsterzwaag
Meer bewegen voor ouderen	Mw S. van der Honing-waterlander ☎ 0512-462162 siavanderhoning@live.nl Docent: Rinkse vd Vliet rinskevandervliet@gmail.com Maandag 16.00-17.00 uur
Tennis	info@tennisnijbeets.nl Michael Jaspers ☎ 0512-461818
Voetbal 35+	☎ 0512-461300



Tijnje

Voetbalvereniging Tijnje

Wanneer	Elk team heeft zijn eigen trainingstijden en speelmomenten. Zie hiervoor de website: http://www.vv-tijnje.nl/																								
Doel	Voetbalvereniging Tijnje biedt de inwoners van Tijnje de mogelijkheid om zich op sportief, sociaal en emotioneel gebied te ontwikkelen door op een plezierige manier samen te voetballen.																								
Doelgroep	Wij willen een regionale 'dorpsclub' zijn waar sfeer, vriendschap en sportiviteit voorop staan en waar ruimte is voor zowel prestatiegerichte als recreatieve sportbeoefening. Een actieve vereniging voor jong en oud die ruimte biedt voor prestaties én voor plezier. Een groot kader aan betrokken vrijwilligers houdt onze vereniging draaiende.																								
Kosten	<table border="0"> <tr> <td>Pupillen van 4 tot 6 jaar</td> <td>€ 40,00</td> </tr> <tr> <td>Pupillen van 6 tot 8 jaar</td> <td>€ 73,50</td> </tr> <tr> <td>Pupillen van 8 tot 12 jaar</td> <td>€ 88,50</td> </tr> <tr> <td>Junioren van 12 tot 16 jaar</td> <td>€ 96,00</td> </tr> <tr> <td>Junioren van 16 tot 19 jaar</td> <td>€ 109,50</td> </tr> <tr> <td>Senioren vanaf 19 jaar</td> <td>€ 137,50</td> </tr> <tr> <td>Senioren vanaf 19 jaar (7x7)</td> <td>€ 83,50</td> </tr> <tr> <td>Niet spelende leden</td> <td>€ 56,00</td> </tr> <tr> <td>Donateur</td> <td>€ 15,00</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Gezinskorting tot 18 jaar</td> </tr> <tr> <td colspan="2">2 e kind 20%</td> </tr> <tr> <td colspan="2">3 e kind 40%</td> </tr> </table>	Pupillen van 4 tot 6 jaar	€ 40,00	Pupillen van 6 tot 8 jaar	€ 73,50	Pupillen van 8 tot 12 jaar	€ 88,50	Junioren van 12 tot 16 jaar	€ 96,00	Junioren van 16 tot 19 jaar	€ 109,50	Senioren vanaf 19 jaar	€ 137,50	Senioren vanaf 19 jaar (7x7)	€ 83,50	Niet spelende leden	€ 56,00	Donateur	€ 15,00	Gezinskorting tot 18 jaar		2 e kind 20%		3 e kind 40%	
Pupillen van 4 tot 6 jaar	€ 40,00																								
Pupillen van 6 tot 8 jaar	€ 73,50																								
Pupillen van 8 tot 12 jaar	€ 88,50																								
Junioren van 12 tot 16 jaar	€ 96,00																								
Junioren van 16 tot 19 jaar	€ 109,50																								
Senioren vanaf 19 jaar	€ 137,50																								
Senioren vanaf 19 jaar (7x7)	€ 83,50																								
Niet spelende leden	€ 56,00																								
Donateur	€ 15,00																								
Gezinskorting tot 18 jaar																									
2 e kind 20%																									
3 e kind 40%																									
Locatie	Sportpark De Kampen																								
Adres	Breewei 6A 8406 EE Tijnje																								
Organisatie	VV Tijnje																								
Contactpersoon	Paulien Leferink ☎ 0513 571719 @ info@vv-tijnje.nl																								
Website	http://www.vv-tijnje.nl/																								
Deskundigheid personeel	Gediplomeerde trainer voor het 1 ^e																								

Buurtsportcoaches Opsterland

Ilse Sjonger	i.sjonger@sportfryslan.nl	06-30062410
Jasper Blankert	j.blankert@sportfryslan.nl	06-20706654
Geert Kwant	g.kwant@sportfryslan.nl	06-57040151
Jeltse Mud	j.mud@sportfryslan.nl	06-82514037

Overige sportverenigingen

Activiteit	Informatie en contact
Tennis	Marijke Dijkstra, ☎ 0513-571660 tennis@tynje.nl
MBVO	Mw de Haan ☎ 0513-571766

Bent u op zoek naar passend sport- en/of beweegaanbod?
Staat u niet in dit overzicht, maar biedt u wel laagdrempelig sporten en bewegen aan?

Neem dan contact op met Geerte Kwant – g.kwant@sportfryslan.nl – 06-57040151

