

GRATIS KENNISMAKEN MET SPORT- EN BEWEEGACTIVITEITEN IN DE GEMEENTE LOCHEM

Van 17 tot en met 26 september is de Nationale Sportweek. In de gemeente Lochem doen een groot aantal verenigingen mee. Deze week staat in het teken van verschillende gratis sport- en beweegactiviteiten voor alle leeftijden. Zoek een leuke activiteit in Eefde of Almen die bij jou past en doe mee! Aanmelden niet nodig, tenzij anders vermeld in het overzicht. Wil je weten welke activiteiten er nog meer zijn in de gemeente Lochem? Neem een kijkje op www.sportraadlochem.nl.

Houd bij de deelname van de activiteiten uiteraard wel rekening met de algemene coronamaatregelen of neem contact op met de sportvereniging die je gaat bezoeken.

Mocht je iets niet kunnen vinden of wil je meer informatie neem dan contact op via tomkleissen@sportraadlochem.nl.

Almen

OVÉRA

In de Sportweek zijn er veel mogelijkheden om mee te doen met sport- en beweegactiviteiten. Kom op het juiste tijdstip langs bij omnivereniging Ovéra en doe gezellig mee.

► **Wanneer:**

Maandag 20 september van:

- 11.00 - 12.00 uur Dance-Mix
- 13.00 - 15.00 uur Badminton
- 19.15 - 20.15 uur Zumba
- 20.15 - 22.00 uur Volleybal

Dinsdag 21 september van:

- 09.00 - 10.00 uur Yoga

Woensdag 22 september van:

- 08.30 - 10.30 uur Dynamic Tennis

Donderdag 23 september van:

- 11.00 - 12.00 uur Gymnastiek (40+)
- 13.45 - 14.30 uur Gymnastiek (2 - 4 jaar)
- 14.45 - 15.30 uur Gymnastiek (4 - 6 jaar)
- 15.45 - 16.30 uur Gymnastiek (7 - 9 jaar)
- 16.30 - 17.45 uur Turnen (10 - 12 jaar)
- 19.15 - 20.15 uur Yoga
- 20.30 - 21.30 uur Spinning

Vrijdag 24 september van:

- 19.00 - 21.00 uur Tafeltennis

Zaterdag 25 september van:

- 09.00 - 11.00 uur Badminton

Zondag 26 september van:

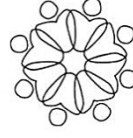
- 11.00 - 12.00 uur Spinning

- **Locatie:** Sportzaal Almelo, Torenstraat 4
► **Contact:** grijnkamp@overa.nl, 06-50268645

Ons genoeg

Open avond voor schakers en dammers. Uitleg krijgen, puzzels oplossen, (simultaan) spelen met ervaren spelers en desgewenst hun feedback krijgen. Kom kennis maken met de vereniging en doe mee.

- **Wanneer:** Maandag 20 september van 19.00 - 23.00 uur
► **Locatie:** Dorpshuis Almen, Dorpsstraat 37
► **Contact:** gradus.vrieze@hetnet.nl, 06-48138335



STICHTING
WELZIJN
LOCHEM



Alle kinderen moeten kunnen sporten, niemand buitenspel! Na de gratis deelname aan een of meerdere activiteiten wil je misschien lid worden. Als dat financieel niet mogelijk is, kan het Jeugd Fonds Sport & Cultuur een financiële bijdrage leveren. Wil je gebruik maken van dat fonds, neem dan contact op met [Anja Rouwenhorst](mailto:Anja.Rouwenhorst@welzijnlochem.nl) via 06-57048103 of a.rouwenhorst@welzijnlochem.nl