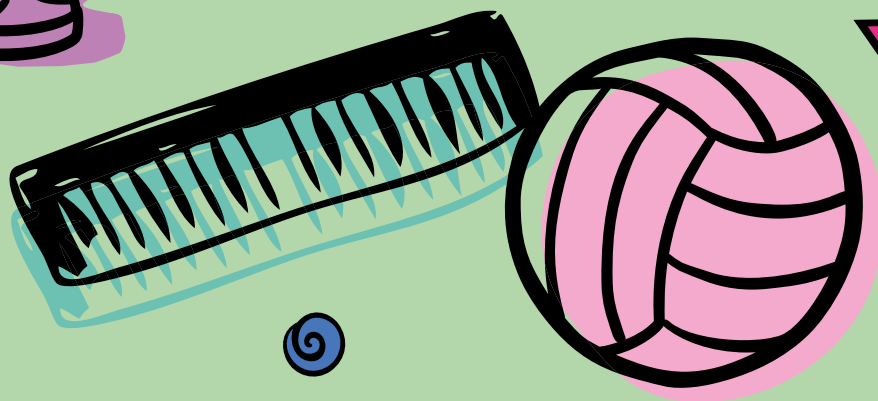
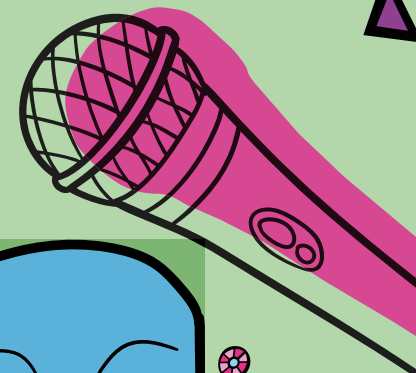
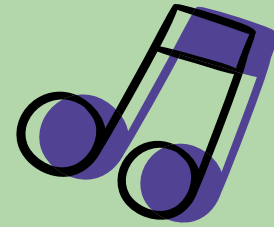




Sport- en Cultuurhopper

Maak met de Sport- en Cultuurhopper makkelijk kennis met verschillende sporten en culturele activiteiten bij jou in de buurt. Kies een sport of activiteit uit en doe gratis mee om te ontdekken wat het beste bij jou past!





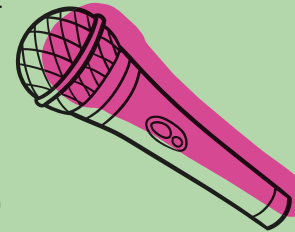
Alle kinderen moeten de kans krijgen!

Alle kinderen in de gemeente Uithoorn moeten de kans krijgen om aan activiteiten deel te nemen. Op een club die bij ze past. Sport en cultuur versterkt je gezondheid en de ontwikkeling van je lijf. Actieve kinderen hebben meer energie, meer uithoudingsvermogen en zijn minder vaak ziek. Meedoen maakt je ook mentaal sterker. Het is goed voor je zelfvertrouwen; alleen of met je team leer je het beste uit jezelf en je team te halen.



Paar keer gratis meedoen

Daarom bieden de Uithoornse en Kwakelse sport- en cultuurverenigingen, samen met het Sportakkoord van Uithoorn, de Sport- en Cultuurhopper aan. Met deze vouchers kun je **gratis** meedoen met sport- en cultuuractiviteiten. Per vereniging mag je een paar keer gratis meedoen. Zo kun je ontdekken welke sport of cultuuractiviteit goed bij je past.

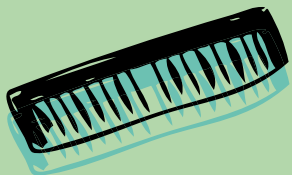


Zijn kosten een probleem?

Vind je een sport of cultuur activiteit leuk, maar vormen de kosten voor contributie, kleding of vervoer een te grote drempel? Dan kunnen deze kosten eventueel worden betaald via het Jeugdfonds Sport en Cultuur.



Z.o.z. hoe je in aanmerking komt voor steun van het Jeugdfonds Sport en Cultuur.



3x gratis

MEEDOEN MET HANDBAL

Kijk ook eens op www.kdo.nl



3x gratis

MEEDOEN MET VOLLEYBAL

Kijk ook eens op www.sas70.nl

SAS
70

4x gratis

MEEDOEN MET ATLETIEK

Kijk ook eens op www.aku.nl



Be Happy

3x gratis

MEEDOEN MET HANDBAL

Kijk ook eens op www.legmeervogels.nl



Be strong

3x gratis

MEEDOEN MET VOETBAL

Kijk ook eens op www.legmeervogels.nl



Be Happy

3x gratis

MEEDOEN MET TAEKWONDO

Kijk ook eens op www.chungdokwan.nl



4x gratis

MEEDOEN MET HONKBAL / SOFTBAL

Kijk ook eens op www.thamen.info

Be strong



3x gratis

MEEDOEN MET TAFELTENNIS

Kijk ook eens op www.vdo-se.nl

Be Happy



3x gratis

MEEDOEN MET SURVIVALRUN


Kijk ook eens op www.kdo.nl/survivalrun

Be strong





3x gratis
MEEDOEN MET KANO / ROEIEN
Kijk ook eens op www.mdr.nu



Be Happy



3x gratis
MEEDOEN MET CROSSFIT
Kijk ook eens op www.uthoorncrossfit.nl



Be strong



3x gratis
MEEDOEN MET VOETBAL
Kijk ook eens op www.kdo.nl



Be Happy

5x gratis

MEEDOEN MET MODERN KICKBOKSEN

Kijk ook eens op www.teamchamp.nl/proefles

TEAM CHAMP

Be Happy

2x gratis

MEEDOEN MET KICKBOKSEN & POWER

Kijk ook eens op www.creativefit.nl

CREATIVEFIT

Be Happy

2x gratis

MEEDOEN MET JUDO

Kijk ook eens op www.judoryukensui.nl

JUDO RYU KENSUI

Be strong

3x gratis

MEEDOEN MET ZWEMMEN

Kijk ook eens op www.zdrv.nl/zr



3x gratis

MEEDOEN MET HOCKEY

Kijk ook eens op www.quivive.nl



3x gratis

MEEDOEN MET ZANGLES

Kijk ook eens op www.ninalynn.nl/zangles/

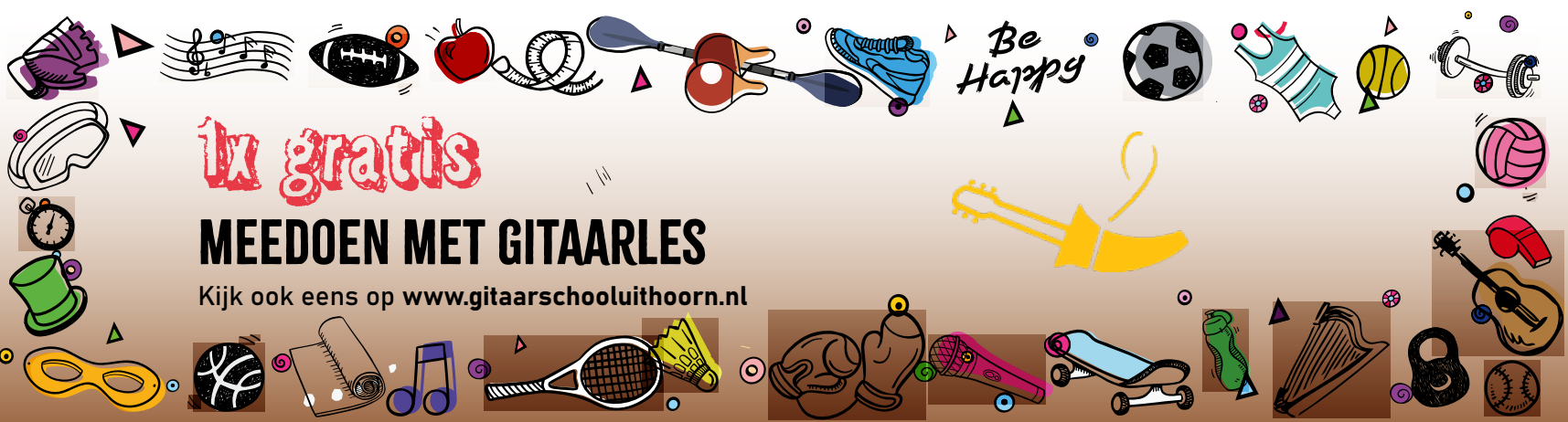




1x gratis
MEEDOEN MET PIANOLES
Kijk ook eens op www.jacokruijswijkpianodocent.nl

Be strong

Icons: musical notes, football, apple, ribbon, saxophone, sneakers, soccer ball, jersey, basketball, dumbbell, volleyball, drum, clock, top hat, mask, tennis racket, badminton racket, comedy/tragedy masks, microphone, roller skates, green boot, harp, padlock, comb, baseball.



1x gratis
MEEDOEN MET GITAARLES
Kijk ook eens op www.gitaarschooluithoorn.nl

Be Happy

Icons: musical notes, football, apple, ribbon, tennis racket, sneakers, soccer ball, jersey, basketball, dumbbell, volleyball, guitar, drum, clock, top hat, mask, tennis racket, badminton racket, comedy/tragedy masks, microphone, roller skates, green boot, harp, padlock, comb, baseball.



2x gratis
MEEDOEN MET MUSICAL
Kijk ook eens op www.jtsu.nl

**JEUGD
THEATER
SCHOOL
UITHOORN**

Be strong

Icons: musical notes, football, apple, ribbon, saxophone, sneakers, soccer ball, jersey, basketball, dumbbell, volleyball, drum, clock, top hat, mask, tennis racket, badminton racket, comedy/tragedy masks, microphone, roller skates, green boot, harp, padlock, comb, baseball.

3x gratis

MEEDOEN MET THEATER

Kijk ook eens op www.jtsu.nl

JEUGD THEATER SCHOOL UITHOORN

Be strong

2X gratis

MEEDOEN MET KARATE

Kijk ook eens op www.back2base.nl

BACK 2 BASE
TRAINING & DISCIPLINE

Be strong

2x gratis

MEEDOEN MET KICKBOXEN EN POWER

Kijk ook eens op www.back2base.nl

BACK 2 BASE
TRAINING & DISCIPLINE

Be Happy



3x gratis

MEEDOEN MET MUZIEK

Kijk ook eens op www.tavenu-dekwakel.nl

Muziekvereniging *Tavenu De Kwakel*



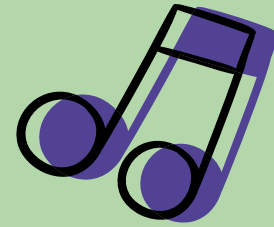
3X gratis

MEEDOEN MET KOREAN KICKBOXING

Kijk ook eens op www.chungdokwan.nl



**Heel veel plezier en succes
met het vinden en beoefenen
van je activiteit!**



Jeugdfonds Sport en Cultuur

Wil je kind graag lid worden van een club maar is er thuis te weinig geld? Het Jeugdfonds Sport & Cultuur Noord-Holland helpt! Het Jeugdfonds betaalt voor kinderen en jongeren tussen de 0 en 18 jaar de contributie en eventueel de spullen zoals sportkleding.



Hoe werkt het?

De aanvraag voor een bijdrage wordt gedaan door een intermediair. Dit is bijvoorbeeld een leerkracht, buurtsportcoach, schuldhulpverlener of medewerker sociaal wijkteam.

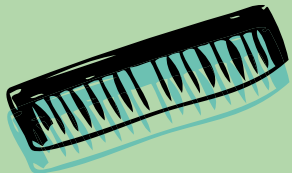
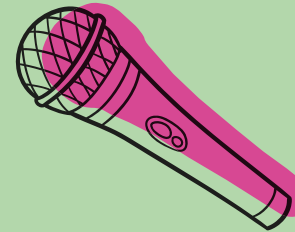


De intermediair doet, in overleg met jou, een aanvraag;

- Je hoort binnen 3 weken of de aanvraag goedgekeurd is
- Na goedkeuring kun je je kind aanmelden bij de vereniging
- Het fonds betaalt de contributie direct aan de vereniging.

Je ontvangt zelf geen geld.

Kijk ook voor informatie op: www.jeugfondssportencultuur.nl



Handbal is een dynamische, snelle sport én een teamsport. We spelen handbal in de sporthal, op het veld en sinds de zomer van 2022 ook op ons eigen beachpark. Daarnaast doen we gezellige activiteiten. Train je met ons mee? Trainingstijden vind je op www.kdo.nl/handbal. Je bent welkom vanaf 6 jaar!



www.kdo.nl

Volleybalvereniging SAS'70 heeft voor de kinderen vanaf 6 tot 12 jaar diverse trainingsgroepen op dinsdagavond van 16.45 tot 18:15 uur in Sporthal De Scheg. Kom gerust drie keer gratis meetrainen en beslis daarna of je lid wilt worden van SAS'70. Voor aanmelding van de proefvolleybaltraining: stuur een mail naar: jeugd-voorzitter@sas70.nl Meer informatie vind je op www.sas70.nl/wp/vereniging/jeugd/



www.sas70.nl

Atletiek is een dynamische en veelzijdige sport. Bij atletiekvereniging AKU kun je deze sport in al zijn facetten beoefenen, recreatief en prestatief in een sportieve sfeer. Je kunt bij ons 4 proeftrainingen doen op de atletiekbaan. De jeugd traint op maandag en vrijdag, van 18.00 uur – 19.00 uur. Voor 6 t/m 11 jaar en de oudere jeugd van 19.15 uur – 20.30 uur.



www.aku.nl

Wanneer gebruik gemaakt wordt van de voucher, graag aanmelding via de website: www.legmeervogels.nl/361/inschrijven. Bij overige bijzonderheden aangeven dat gebruik wordt gemaakt van voucher. Wanneer de aanmelding binnen is zal de persoon geïnformeerd worden waar hij/zij de 3 trainingen kan volgen. Als de persoon door wil gaan met trainen, zal hij/zij zich als lid moeten aanmelden.



www.legmeervogels.nl

Wanneer gebruik gemaakt wordt van de voucher, graag aanmelding via de website: www.legmeervogels.nl/361/inschrijven. Bij overige bijzonderheden aangeven dat gebruik wordt gemaakt van voucher. Wanneer de aanmelding binnen is zal de persoon geïnformeerd worden waar hij/zij de 3 trainingen kan volgen. Als de persoon door wil gaan met trainen, zal hij/zij zich als lid moeten aanmelden.



www.legmeervogels.nl

Iedere vrijdag in Uithoorn in de Bredeschool (Gymzaal van de Kwikstaart). Vanaf 5 jaar: 15.30 uur. Vanaf 11 jaar: 16.20 uur. Weerbaarheid, discipline, zelfvertrouwen, goed werken maar ook een hoop gezelligheid! Aanmelden via whatsapp: 0625433375 Of via: aanmeldingen@chungdokwan.nl. Chung Do Kwan - Vijfvoudig winnaar Sportclub van het Jaar & Provinciewinnaar Noord-Holland 2021. Aanmelden verplicht. Vol = Vol



www.chungdokwan.nl

Altijd eens een homerun willen slaan? Dan zijn Beeball en Honkbal jouw sporten. Sporten waarbij spelplezier en sportiviteit voorop staat. En waarbij je leert gooien, vangen én slaan! Beeball is er voor kinderen van 5 t/m 9 en Honkbal vanaf 10 jaar. Meetraineren? Graag aanmelden via een e-mail naar info@thamen.info of 06-16072728



www.thamen.info

Alle kinderen t/m 18 jaar kunnen deelnemen aan een tafeltennis-training onder leiding van gediplomeerde trainers. Spelen kan recreatief en competitief. Op www.vdo-se.nl staan alle adressen die u kunt benaderen. Voor alle vragen en/of opmerkingen kun je terecht op kees.j.jager@gmail.com of kom met afspraak gewoon een keertje langs op de Eendracht 4 in Uithoorn.



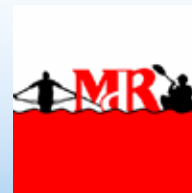
www.vdo-se.nl

Survivalrun is een sport waarbij je techniek, kracht en uithoudingsvermogen belangrijk zijn. Je klimt in touwen en over en door hindernissen. We geven gericht training aan iedereen die zich wil ontwikkelen. Vanaf 8 jaar kun je al beginnen. Aanmelden voor een proefles via kdo.nl/survivalrun



www.kdo.nl/survivalrun

Sporten op het water wie wil dat nou niet?! Je kunt bij ons roeien, kanoën, wildwater varen of kanopoloën (balsport in een kano). Vanaf 8 jaar mag je in een boot stappen, een zwemdiploma is verplicht. Het hele jaar door worden er super gave activiteiten georganiseerd, waaronder natuurlijk een jeugdkamp!
Informatie en aanmelden via mdr.nu



www.mdr.nu

CrossFit Kids is een sport waarbij je conditie opbouwt, sterker en sneller wordt, leert samenwerken en zelfvertrouwen opbouwt. We leren je beter gooien, klimmen, tillen en nog veel meer. De lessen zijn bedoeld voor kids van 7 tot 11. Kom gezellig bij Uithoorn CrossFit meetrainen op woensdag om 15.30 en/of zaterdag om 12.00 met je vrienden!



www.uithoorncrossfit.nl

KDO Voetbal heeft voor de allerjongsten van 5 t/m 7 jaar de 'trainingsgroep' op zaterdagochtend van 10.00-11.00 uur. Daar kun je je gewoon melden op veld 3 bij de trainer en direct meedoen! Hoe leuk is dat? Vanaf 8 jaar meld je je aan voor een proefles op www.kdo.nl of stuur je een mail naar veldvoetbal@kdo.nl. We kijken dan in welk team er plek is.



www.kdo.nl

Bij Team Champ bieden wij modern kickboksen en bootcamp aan voor kinderen vanaf 4 jaar. Bijna dagelijks kun je bij ons terecht op onze sportschool tussen Dierenwinkel XL en KwikFit. Meld je nu aan voor een gratis proefles op www.teamchamp.nl/proefles.



www.teamchamp.nl/proefles

Tijdens de kidstrainingen maken de kinderen kennis met de basistechnieken van het kickboksen maar zijn ze ook bezig met bewegingen om zo hun motoriek en sociale vaardigheden te verbeteren. De kids-trainingen zijn verdeeld in twee leeftijdscategorieën:

- De jonkies: 5 t/m 9 jaar op woensdag om 16:30u.
- De jeugd: 10 t/m 15 jaar op vrijdag om 17:00 uur. Aanmelden voor een proefles kan via 0657994607 of via info@creativefit.nl of www.creativefit.nl



www.creativefit.nl

Wil je ook eens een coole judoworp leren? Doe mee met de coolste judoschool van Uithoorn! Judo Ryu Kensui heeft voor de jeugd (4 t/m 7 jaar) op dinsdag, woensdag of vrijdag van 15:45 - 16:30 plek om eens mee te trainen voor Judo. Indien je ouder bent dan 7 jaar, stuur dan een mail naar: ruud@judoryukensui.nl of kijk op www.judoryukensui.nl voor de overige trainingstijden.



www.judoryukensui.nl

Altijd al een Lifeguard willen worden? Zet dan nu je eerste stappen. Kom op de woensdagavond gezellig meezwemmen. Om deel te nemen is het verplicht dat je minimaal in het bezit bent van zwemdiploma A.

Neem voordat je langskomt even contact op via zr@zdrv.nl, zodat we weten dat je eraan komt.



www.zdrv.nl/zr

Qui Vive is een fijne en de leukste hockeyvereniging van Uithoorn, Aalsmeer en omstreken. Wij bieden trainingen aan voor kinderen vanaf 4 jaar! Ben je tussen de 4 en 6 jaar oud, dan kan je op zondag meedoen met de stokstaartjes. De jongste jeugd vanaf 6 jaar traint op woensdagmiddag en reguliere jeugdtrainingen zijn op avonden door de week. Wil je kennis maken met deze te gekke teamsport, of heb je aanvullende vragen? Stuur dan een mailtje naar jeugd@quivive.nl en vermeld dat je de sporthopper-voucher wil gebruiken! Tot snel!



www.quivive.nl

Altijd al willen leren zingen. Ik begeleid kinderen vanaf 8 jaar met zanglessen. Meld je nu aan! Dan ga ik met jou aan de slag!

www.ninalynn.nl/zangles/

Kinderen vanaf 5 jaar kunnen het hele jaar door worden aangemeld voor pianoles.

www.jacokruijswijkpianodocent.nl

Leer alle ins & outs van het gitaarspelen en ontdek het plezier van muziek maken. Aanmelden via de website of gitaarschooluithoorn@gmail.com. Vanaf 8 jaar kun je beginnen, maar wees op tijd want er is een beperkt aantal plekken.

www.gitaarschooluithoorn.nl

Houd jij van acteren? Wij bieden Musicallessen aan voor jeugd van 5 t/m 16 jaar. Je krijgt lessen van professionals uit het vak. Als kers op de taart speel je aan het einde van het seizoen jullie eigen eindvoorstelling voor publiek. Klinkt dit als muziek in je oren, geef je dan snel op voor de gratis proeflessen bij de JTSU. 28 augustus & 4 september OF (indien er nog plaats is in de groep) 8 september

**JEUGD
THEATER
SCHOOL
UITHOORN**

www.jtsu.nl

Houd jij van zingen, dansen en acteren? Wij bieden Theaterlessen aan voor jeugd van 8 t/m 16 jaar. Je krijgt lessen van professionals uit het vak. Als kers op de taart speel je aan het einde van het seizoen jullie eigen eindvoorstelling voor publiek. Klinkt dit als muziek in je oren, geef je dan snel op voor de gratis proeflessen bij de JTSU. 31 augustus & 7 september. Of (indien er nog plaats is in de groep): 11 september.

JEUGD THEATER SCHOOL UITHOORN

www.jtsu.nl

Op een leuke en speelse manier weerbaar worden? Kom dan op maandag en vrijdag langs voor onze gezellige karatelessen voor kinderen! Kom nu 2 keer gratis meetrainen en ontdek Back2base! Stuur een mail naar info@back2base.nl en meld je aan voor een gratis proefles! Meer informatie over onze lestijden en leeftijden etc. vind je op www.back2base.nl



www.back2base.nl

Op een leuke en speelse manier weerbaar worden? Kom dan op maandag, woensdag en vrijdag langs voor onze gezellige kickbokslessen voor kinderen! Kom nu 2 keer gratis meetrainen en ontdek Back2base! Stuur een mail naar info@back2base.nl en meld je aan voor een gratis proefles! Meer informatie over onze lestijden en leeftijden etc. vind je op www.back2base.nl



www.back2base.nl

Muziekinstrument naar keuze. Dag en tijd in overleg.
Dinsdagavond repeteert het orkest in het dorps huis van
19.45 t/m 21.45 uur. Voor meer informatie kijk op:
www.tavenu-dekwakel.nl of stuur een mail naar:
secretariaat@tavenu-dekwakel.nl



www.tavenu-dekwakel.nl

Vanaf 13 jaar iedere vrijdag 17.20 uur in Uithoorn in de
Bredeschool (Gymzaal van de Kwikstaart). Weerbaarheid,
discipline, zelfvertrouwen, goed werken maar ook een hoop
gezelligheid! Aanmelden via whatsapp: 0625433375 Of via:
aanmeldingen@chungdokwan.nl. Chung Do Kwan - Vijfvoudig
winnaar sportclub van het jaar & Provinciewinnaar
Noord-Holland 2021. Aanmelden verplicht. Vol = Vol



www.chungdokwan.nl

**Heel veel plezier en succes
met het vinden en beoefenen
van je activiteit!**

De Sport- en Cultuurhopper wordt mogelijk gemaakt door het Sportakkoord van Uithoorn.
Aan de Sport- en Cultuurhopper doen de volgende verenigingen en organisaties mee.

AKU
Back2Base
Chung Do Kwan
Creative Fit
Gitaarschool Uithoorn
Jaco Kruijswijk
Jeugd TheaterSchool Uithoorn
Judo Ryu Kensui
KDO
Legmeervogels

Michiel de Ruyter
Muziekvereniging Tavenu
Nina Woerden
Reddingsbrigade Vinkeveense plassen
SAS'70
Team Champ
Thamen
UHC Qui Vive
Uithoorn Crossfit
VDO Tafeltennis

Met de Sport- en Cultuurhopper kan je kennismaken met de volgende activiteiten.

Atletiek
CrossFit
Gitaarles
Handbal
Hockey
Honkbal / Softbal
Judo
Kano / Roeien
Karate
Kickboksen

Musical
Pianoles
Survivalrun
Taekwondo
Tafeltennis
Theater
Volleybal
Voetbal
Zwemmen
Zangles