

ACTIEF MGG

MIDDEN-GRONINGEN

WE GAAN WEER NAAR BUITEN IN MIDDEN-GRONINGEN



De gemeente Midden-Groningen is een fantastische plek is om te sporten, te bewegen en te genieten van de natuur. Helemaal nu de temperaturen stijgen. Na een nat en koud voorjaar kan de winterjas eindelijk uit en is het heerlijk om weer buiten te zijn.

Daarom helpt Midden-Groningen je op weg om onze gemeente op een sportieve manier te ontdekken en te ervaren wat onze regio allemaal te bieden heeft. Bijvoorbeeld bij de sportverenigingen en sportaanbieders die overal te vinden zijn.

In Midden-Groningen kun je vrijwel iedere sport beoefenen. Bovendien worden sinds het voorjaar diverse nieuwe sporten aangeboden en vrijwel overal kun je gratis kennismaken.

FIETSEN EN WANDELLEN

Daarnaast kun je in Midden-Groningen geweldig wandelen, fietsen en hardlopen. In de hele gemeente zijn diverse routes te vinden die je op de mooiste plekken brengen. En als je dat met meerdere mensen doet, wordt het nóg leuker. Hiervoor kun je ook aansluiten bij wandelgroepen die onder begeleiding van de buurtsportcoaches wekelijks wandelen.

WATERSPORTEN

Ook de watersporters zijn weer volop actief. De openluchtbaden

in Slochteren en Meeden zijn weer open, evenals het buitenbad van De Kalkwijk. Iedereen is welkom om een frisse duik te nemen. Op het Schildmeer en Zuidlaardermeer wordt inmiddels druk gezeild, gesurft en gevaren en zijn er vrijwel dagelijks lessen.

ACTIVITEITEN

In de gemeente Midden-Groningen is er de komende weken en maanden veel te doen en te beleven. Er worden allerlei activiteiten georganiseerd waar bij sport, bewegen, ontdekken

en gezelligheid centraal staan. Zoals Expeditie Zuudbrouk, het volleybaltoernooi in Hellum, fietstochten van Doortrappen, de Dag van het Park, de triatlon voor ouderen en nog veel meer.

VITAMINE D

Met zoveel mogelijkheden wordt het extra aantrekkelijk om naar buiten te gaan en in beweging te komen. Dat is niet alleen plezierig; het is ook goed voor je gezondheid. Het geeft energie, je voelt je fit en krijgt ook nog eens een dosis vitamine D.

BUURTSPOORTCOACHES

Daarom nodigt Team Sport & Bewegen van de gemeente Midden-Groningen je uit om ook mee te doen en te ontdekken wat onze gemeente allemaal te bieden heeft. Trek je sportschoenen aan, stap op de fiets en ga genieten. En als je advies, begeleiding of ondersteuning nodig hebt, staan de buurtsportcoaches klaar om je te helpen. Iedereen kan dus meedoen. Ook dat hoort bij sporten en bewegen in Midden-Groningen.



7 WANDELGROEPEN
MIDDEN-GRONINGEN



11 VOLLEYBALTOERNOOI
HELLUM



17 DE ZWEMBADEN
ZIJN WEER OPEN



26 ONTDEK
MIDDEN-GRONINGEN

Resato Hydrogen Technology

MEEBOUWEN AAN EEN DUURZAME TOEKOMST

Resato Hydrogen Technology is leider in de ontwikkeling van waterstof-tankstations. Onze technologie is uniek in Nederland en gaat de hele wereld over. Resato Hydrogen wil de energietransitie accelereren en dat doen we doormiddel van het bouwen van **waterstof-tankstations in heel Europa**. In 2030 willen we er 1000 hebben gerealiseerd.

Om dit doel te behalen zoekt Resato Hydrogen **nieuwe medewerkers met passie voor technologie, duurzaamheid en ontwikkeling**. Draag bij met jouw kennis, kunde en techniek om de energietransitie mogelijk te maken. Jouw idee kan er toe doen!

We stimuleren ontwikkeling van onze medewerkers op alle niveaus met veel opleidings- en doorgroeimogelijkheden en **bouwen samen aan een duurzame toekomst**.

TEAM UP!

Wil jij deel uitmaken van één van de meest technisch vooruitstrevende bedrijven in de waterstofindustrie? We hebben diverse functies beschikbaar op VMBO, MBO, HBO en WO niveau.



Benieuwd naar onze vacatures?
Neem contact op via
hr@resato-hydrogen.com of
bel 050 - 501 6877



TROTS OP DE VELE SPORTIEVE ACTIVITEITEN

Als wethouder van sport in Midden-Groningen zie ik veel enthousiaste mensen die op heel veel verschillende manieren in beweging zijn. Van urban sports voor kinderen tot ouderen die via het initiatief 'Dorpen in beweging' actief zijn, alles komt voorbij! Ik ben trots op de vele sportieve activiteiten en succesvolle sporters die in onze gemeente te vinden zijn.

Dit jaar zie ik veel activiteiten op het gebied van water. Het watersportseizoen ging begin april al van start en voor mij begon dat met het openen van de nieuwe elektrische pont bij het Zuidlaardermeer. De fietspaden en het pontje zijn vernieuwd en weer te gebruiken voor bijvoorbeeld het populaire fietsrondje Zuidlaardermeer.

ZEILEN

Daarnaast staat zeilen dit jaar extra in de aandacht vanwege Delf-Sail. In het artikel over de Zeilvereniging Schildmeer lees je alles over dit maritieme evenement en natuurlijk de jaarlijkse Schildweek. Zeilvereniging Zuidlaardermeer heeft dit jaar ook bijzondere activiteiten zoals de NK sprintraces pampusklasse en de unieke races in de 2.4mR-klasse.

KINDCENTRA

Ons team van Sport & Bewegen organiseert altijd volop activiteiten voor jong en oud binnen onze gemeente. Ook zij sluiten aan op het thema door de organisatie van waterfeesten op 22 en 29 mei bij de kindcentra in Noordbroek en Zuidbroek. Tijdens deze feesten wordt aan de hand van allerlei activiteiten water drinken centraal gesteld.

ZWEMBADEN

En in het kader van het water kunnen de openluchtzwembaden in onze gemeente natuurlijk niet ontbreken. De Kolck in Meeden is gerenoveerd en op 5 mei weer opengegaan. Ook Zwembad De Tobbe in Slochteren vierde begin mei de start van het zwemseizoen. Hier wordt in deze sport- en beweegkrant volop aandacht aan besteed.

Tenslotte wil ik heel graag nog Tocht om de Noord noemen. Dit mooie wandelevenement vindt dit jaar plaats in onze gemeente en heeft als thema ook water. Ik wens alle deelnemers alvast veel plezier!

STIMULEREN

Ik heb in dit voorwoord het thema water centraal gesteld, maar er worden natuurlijk nog zoveel meer sportieve activiteiten georganiseerd in onze gemeente. Het is onmogelijk om alles te benoemen, maar ik kan wel aangeven dat ik alle sportieve initiatieven en inwoners erg bewonder. Ik blijf mijn best doen om sporten en bewegen zoveel mogelijk te stimuleren, waar nodig te ondersteunen en voor iedereen bereikbaar te maken.



Ik wens jullie allen weer een sportief voorjaar!

Annemiek Hoesen
Wethouder sport



ACTIVITEITENKALENDER MIDDEN-GRONINGEN

In de gemeente Midden-Groningen staan de komende weken en maanden diverse sportactiviteiten en evenementen op de kalender. Hieronder een greep uit het aanbod. Meer informatie is te vinden op www.midden-groningen.nl.

	ACTIVITEIT	LOCATIE
MEI		
t/m 18 juli	Pickleball (open lessen)	Bahosa - De Kalkwijk
t/m 06 juni	Gratis hardloopcursus	Sportpark Froombosch
22	Waterfeest	Insp. Amerikaschool
29	Waterfeest	de Tandem / cbs de Wegwijzer
JUNI		
03	Schoolsport Olympiade	Sportpark De Kalkwijk
10	Trisport - zwemmen	zwembad De Kalkwijk
		De Tobbe - Slochteren
		De Kolck - Meeden
	of Jeu de boules	Houtstek - Slochteren
		Tiolo - Meeden
		De Reenske Compagnie - Hoogezand
05	Open Clubavond	Kanovereniging de Futen
11	Trisport - fietsen	Sportcentrum De Kalkwijk
		Houtstek - Slochteren
		Tiolo - Meeden
12	Trisport - wandelen	Sportcentrum De Kalkwijk
		Houtstek - Slochteren
		Tiolo - Meeden
17	Doortrappen - Fietstocht	Harkstede
24	Doortrappen - Fietstocht	Siddeburen
30	Dag van het Park	Gorechtpark
JULI		
01	Doortrappen - Fietstocht	Kolham - Mainschoar
AUGUSTUS		
03	Roegwoldtocht	Staatsbosbeheer
SEPTEMBER		
07	Jubileumfeest - 50 jaar	de Menterne, Drop Shot 74
29	Tocht om de Noord	Sportcentrum De Kalkwijk

Colofon

Actief M-G is een uitgave van Hattrick Media in samenwerking met de gemeente Midden-Groningen. Deze huis-aan-huis krant wordt in een oplage van 30.000 exemplaren verspreid in de gemeente Midden-Groningen.

UITGAVE
Hattrick Media
Koldingweg 20
9723 HK Groningen
050-3171701
info@hattrickmedia.nl
www.hattrickmedia.nl

REDACTIE
Hattrick Media
Team Sport & Bewegen
Midden-Groningen

FOTOGRAFIE
Gemeente Midden-Groningen
En anderen

ACQUISITIE
Hattrick Media

VORMGEVING
Kijf&Witte, Leek

DRUK
Mediahuis

SAMEN MAKEN WE DE CIRKEL ROND



scan en doe
de gratis afvalscan



Van afval naar grondstoffen en energie

"IF YOU WANT TO GET CLOSE TO THE HORSE, YOU HAVE TO GET CLOSE TO YOURSELF. THEN THE HORSE CAN COME TO YOU"



Salva Paardensport
Bergpad 1, 9626 CA Schildwolde
www.salvapaardensport.nl
info@salvapaardensport.nl
06 - 11857712

Trainingslocatie:
Hippisch Centrum Proostmeer
Meerweg 3
9945 RC Wagenborgen



J & A VERHUUR

INFO@JENAVERHUUR.NL
JENAVERHUUR.NL



www.barberking.nl

WWW.BARBER-KING.NL



www.hairstyle-queen.nl

't is waar het lekkerste brood komt van

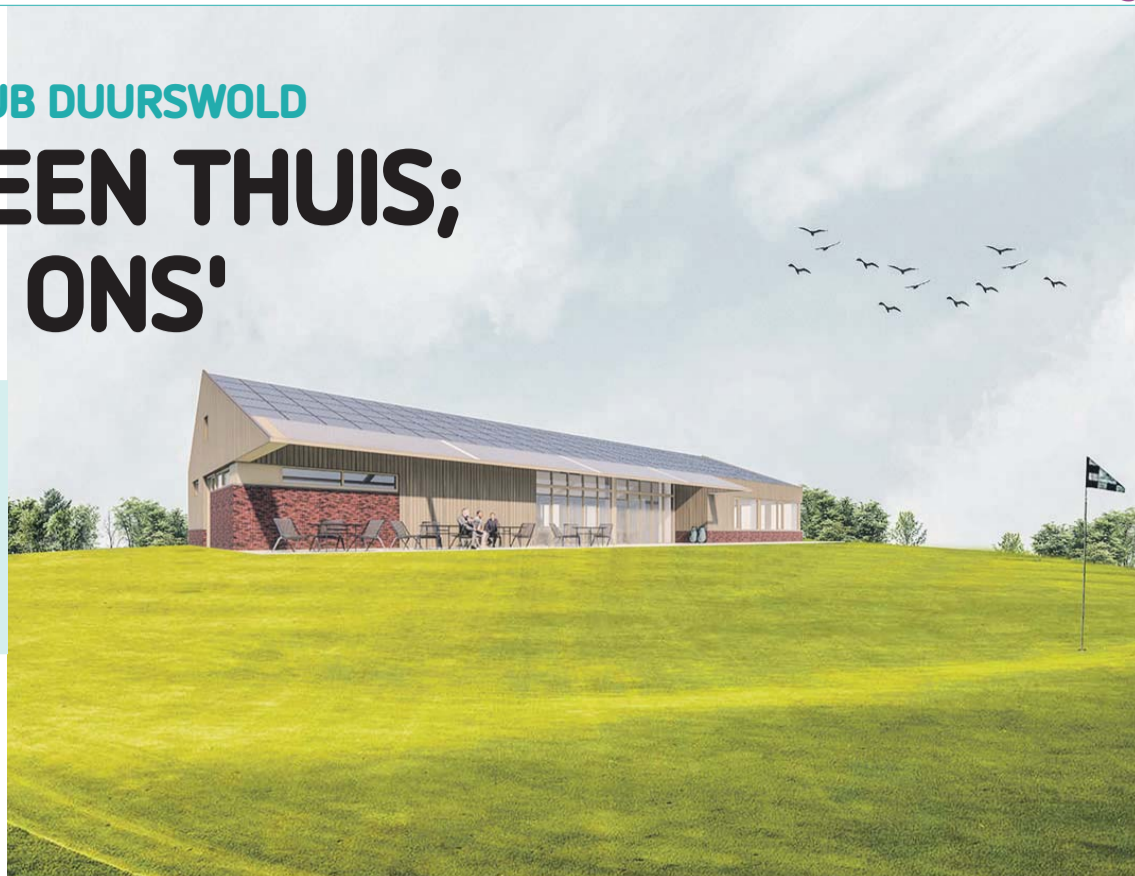


Bakker
MEIJER
hogezand veendam

NIEUW CLUBHUIS GRONINGSE GOLFCLUB DUURSWOLD

'JE VOELT JE METEEN THUIS; DAT PAST OOK BIJ ONS'

De datum van vrijdag 24 mei 2024 staat bij de Groningse Golfclub Duurswold (GGCD) in Steendam al maandenlang met rood omcirkeld. Want op die dag wordt het nieuwe clubhuis officieel geopend. Een prachtig onderkomen waarmee de club weer jaren vooruit kan en dat ook een impuls geeft aan golf in Midden-Groningen.



Clubmanager Robert Ritsema is dan ook uitermate content met het nieuwe clubhuis. "We hebben het sinds februari in gebruik en het is echt fantastisch. Licht, ruim, sfeervol en met heel veel mogelijkheden voor onze leden en gasten. Op dit moment wordt de laatste hand gelegd aan de houten bekleding en het straatwerk. Maar op 24 mei is écht alles klaar."

BOUW

De komst van het nieuwe clubhuis was behoorlijk urgent. Desondanks had de bouw heel wat voeten in aarde. "Ons oude gebouw was heel gezellig, maar ook oud en lek," zegt Robert. "Vandaar dat er in 2020 al is gesproken over nieuwbouw. Helaas kwam daarna corona en veranderde er veel."

Na een herstart met de definitieve 'go', werd in maart 2023 de eerste paal geslagen door het jongste en oudste lid van de club. "Dat symboliseert heel mooi wat het clubhuis voor ons betekent. Het zorgt voor nog meer verbinding van onze leden en is tegelijkertijd ook een startpunt richting de toekomst."

ALLE FACILITEITEN

Het nieuwe clubhuis beschikt over allerlei faciliteiten. Zoals douches, kleedkamers, opslag- en materiaalruimten en veel gezellige zitjes. Daarnaast is er een golfshop, een goede bar met keuken en een groot terras. "En het is vooral heel sfeervol en gezellig," benadrukt Robert. "Je voelt je meteen thuis; dat past ook bij ons."

Opvallend is de ruime opzet. "Dat is ook nodig. In de afgelopen drie jaar is ons ledental verdubbeld. We zitten nu rond de

500 leden dat aantal neemt nog steeds toe. Gelukkig ook met jeugd. Inmiddels zijn er circa 40 jeugdleden en ze vinden het geweldig om met en tegen elkaar te spelen."

GROEI

De groei van de club komt niet uit de lucht vallen. "Er ligt hier

een prachtige en uitdagende 9 holes baan en steeds meer mensen ontdekken onze club. Bovendien heeft golf alles. Techniek, concentratie, je bent lekker actief en speelt in een natuurlijke omgeving. Daarnaast doe je het samen. Ideaal dus om mensen te leren kennen of met vrienden te spelen."

Eveneens een sterk punt is de laagdrempeligheid van de club. "Daar is bij de start bewust voor gekozen. Niet voor niets is ons motto: 'Gain fratsen, gain toustanden, maar gewoon (h)eerlijk golf spelen'. Het gaat dus om de sport en bij ons is iedereen welkom. Ook als je een kopje koffie wilt drinken of benieuwd bent naar de mogelijkheden."

GOLFSTART

Voor mensen die willen kennis maken met golf biedt de GGCD diverse mogelijkheden. Een mooie optie is Golfstart. Het

pakket bestaat uit 6 golflessen waarbij cursisten de basistechnieken van golf leren. "Tijdens de lesperiode mag je ook gebruik maken van de par 3-baan en de oefenfaciliteiten. Er staat zelfs golfmateriaal klaar om vrijblijvend te oefenen," legt Robert uit. "Als het bevalt, kun je aspirant-lid worden en handicap 54 halen. Dan begint het pas echt."

WELKOM

Naast de golflessen biedt de GGCD ook clinics voor groepen en bedrijven, in combinatie met een hapje en een drankje. "Met ons nieuwe clubhuis hebben wij daar nu alle mogelijkheden en faciliteiten voor. Zowel binnen als op het terras, maar dat zou je eigenlijk zelf moeten zien. Dat kan ook. Iedereen die een kijkje wil nemen, is van harte welkom in Steendam."

Kijk voor meer informatie op www.golfclubduurswold.nl.



DONDERDAG 9 MEI

EXPEDITIE ZUUDBROUK EN HIGHLAND GAMES

Op donderdag 9 mei (Hemelvaartsdag) wordt Expeditie Zuudbrouk weer gehouden. Een evenement voor jong en oud om Zuidbrouk op een leuke manier te (her)ontdekken.

Expeditie Zuudbrouk start in de ochtend met een mooie en leerzame fietstocht die wordt gecombineerd met allerlei leuke opdrachten. De deelnemers aan de fietstocht vertrekken tussen 10.00 en 11.00 uur vanaf het sportpark van ZNC.

HIGHLAND GAMES

Nieuw dit jaar is het onderdeel Highland Games op het ijsbaanterrein in Zuidbrouk. Allerlei teams gaan vanaf 13:00 uur met

elkaar de strijd aan bij spectaculaire onderdelen als biervat rollen, boomstam zagen en klimmen.

CLUBS EN MUZIEK

Op het ijsbaanterrein kan iedereen ook kennismaken met diverse clubs en organisaties die zich presenteren aan het publiek. Extra leuk is dat ook het Kielzog present is. De muziekschool komt met 10 tot 15 djembés naar Zuidbrouk waar bezoekers op kunnen spelen.



BUFFET

Het evenement gaat na 16.00 uur verder bij Dijkstra Stro en Hooi op bedrijventerrein De Gouden Driehoek. Daar kan worden genoten van een lopend buffet en muziek.

Afsluitend is er de prijsuitreiking.

DEELNAME

Deelname aan alle activiteiten is gratis, behalve het lopend buffet. De kosten hiervoor zijn 10 euro per persoon.

Wie wil meedoen aan de fietstocht en/of de Highland Games kan zich tot woensdag 8 mei aanmelden door een e-mail te sturen naar expeditiezuudbrouk@gmail.com.

BUURTSPORTCOACHES MIDDEN-GRONINGEN

WIJ STAAN VOOR U KLAAR

De gemeente Midden-Groningen beschikt al enkele jaren over een team van buurtsportcoaches. Zij staan dagelijks klaar om jong en oud in beweging te brengen, te begeleiden en te stimuleren. De buurtsportcoaches zijn er voor alle inwoners van Midden-Groningen.

Buurtsportcoaches zijn een belangrijke spil in de gemeente. Ze hebben de taak om meer mensen te laten sporten en te bewegen in de buurt. Ook leggen ze verbinding tussen aanbieders van sport en bijvoorbeeld gezondheid, gezondheidszorg, jeugdzorg, kinderopvang en onderwijs.

ACTIVITEITEN

In Midden-Groningen houden de buurtsportcoaches zich onder andere bezig met wandelgroepen, sport- en spelinstuiven in de schoolvakanties, activiteiten bij het Cruyffcourt en het programma Dorpen in Beweging.

Daarnaast is er een directe link met het fietsprogramma Doortrappen, valpreventie, trashwalking en activiteiten bij de Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI). Ook de Dag van het Park is een van de projecten. Evenals de Schoolsport Olympiade en activiteiten in de Nationale Sportweek.

SAMENWERKING

Verder worden in samenwerking met sportaanbieders verschillende takken van sport aangeboden op de basisscholen. Het voordeel hiervan is dat we de sport naar het kind brengen, in plaats dat het kind naar de sportvereniging gaat.

Ieder kind komt zo met meerdere sporten in aanraking. Ook worden er in samenwerking met Jongerenwerk activiteiten opgepakt en georganiseerd. Het gaat dan om laagdrempelige beweegactiviteiten die aansluiten bij de doelgroep.

DOORVERWIJZEN

Daarnaast fungeren de buurtsportcoaches ook als sportadviseur en doorverwijzer. De buurtsportcoach heeft het overzicht van sport- en beweegaanbieders in de wijk en kijkt welke activiteit of sportclub het best aansluit bij de wensen en mogelijkheden van de inwoners.

Als doorverwijzer begeleidt de buurtsportcoach ook inwoners die van hun huisarts, praktijkondersteuner, diëtist, fysio- of oefentherapeut het advies krijgen om (meer) te gaan bewegen.

INFORMATIE

De buurtsportcoaches richten zich met name op jongeren in de basisschoolleeftijd en senioren. Geïnteresseerden kunnen vrijblijvend aansluiten of de buurtsportcoach persoonlijk benaderen.



MEER WETEN?
SCAN DE QR-CODE



Kijk voor meer informatie en de gegevens op www.midden-groningen.nl.
Of bezoek de facebookpagina: Sportcoaches-Midden-Groningen.



Naam: Wiebrand Top
Gebied: voormalige gemeente Slochteren
Doelgroep: ouderen
Telefoon: 06-832.84.856
E-mail: wiebrand.top@midden-groningen.nl



Naam: Robert de Groot
Gebied: voormalige gemeente Hoogezand-Sappemeer
Doelgroep: basisschooljeugd
Telefoon: 06-216.32.556
E-mail: robert.degroot@midden-groningen.nl



Naam: Robbin de Vries
Gebied: voormalige gemeente Menterwolde
Doelgroep: jongeren
Telefoon: 06-269.75.251
E-mail: robbin.devries@midden-groningen.nl



Naam: Petra van den Engel
Gebied: Midden-Groningen
Doelgroep: JOGG / Gezondheid
Telefoon: 06-209.19.381
E-mail: petra.vandenengel@midden-groningen.nl



Naam: Mike van Kleef
Gebied: Midden-Groningen
Doelgroep: Projecten zoals Doortrappen / algehele ondersteuning
Telefoon: 06-294.19.600
E-mail: mike.vankleef@midden-groningen.nl



Naam: Leonie Bats
Gebied: Midden-Groningen
Doelgroep: Uniek Sporten
Telefoon: 06-256.39.103
E-mail: leonie.bats@midden-groningen.nl



Naam: Claudia Venema
Gebied: Midden-Groningen
Doelgroep: Algehele ondersteuning
E-mail: claudia.venema@midden-groningen.nl



ACTIVITEITEN BUURTSPORTCOACHES

De buurtsportcoaches staan voor iedereen klaar en ondersteunen elkaar waar nodig. Maar wat doen ze allemaal? Een greep uit de activiteiten.

- Doortrappen
- Wandelgroepen (Kolham, Hoogezand (2x), Slochteren, Siddeburen)
- Dorpen in Beweging (Overschild, Froombosch, Kolham).
- GLI - in samenwerking met o.a. fysiotherapeuten
- Valpreventie - in samenwerking met o.a. fysiotherapeuten
- Gemeentelijke sportverkiezing
- Dag van het Park - in samenwerking met Kielzog
- Vakantieactiviteiten in de schoolvakanties
- Schaatsen tijdens Timmertje / kedelsmieten
- Triathlon voor ouderen
- Gemeentelijk sportuurtje
- Urban sportactiviteiten
- Uitgifte pleinspelenboek aan alle basisscholen, midden- en bovenbouw
- Schoolvoetbaltoernooien
- Gezondheidsspelen bij Rutger Kopland
- Uitvoering opdracht jeugdraad
- Rots & Water (weerbaarheids-trainingen basisscholen)
- Trashwalking
- Cruyff Court-activiteiten
- Naschoolse activiteiten
- Uniek Sporten (uitbreiden en voor iedereen toegankelijk maken)
- Waterfeest
- Koningsspelen (Ondersteuning)
- Kennismakingslessen (Sporthopper)
- Sportsmeet
- Schoolsport Olympiade
- Sport- en Beweegkrant
- Lü - interactieve gymzaal
- Activiteiten Nationale Sportweek
- Zwembadactiviteiten
- Lifestylebeurs
- Streetwisecup

DORPEN IN BEWEGING

SAMEN BEWEGEN IN FROOMBOSCH, KOLHAM EN OVERSCHILD

Team Sport & Bewegen van de gemeente Midden-Groningen organiseert iedere week gratis beweeg-activiteiten in meerdere dorpen. Dit onder de noemer 'Dorpen in Beweging'. Onder leiding van een sportcoach kunnen senioren elkaar ontmoeten en samen bewegen. Daarbij is er ook gelegenheid om koffie te drinken en bij te praten.

Het programma wordt op dit moment in drie plaatsen aangeboden: Froombosch, Kolham en Overschild. Hiervoor komt elke week een sportcoach van Team Sport & Bewegen met zijn mobiele sportschool op bezoek. Bij de dorpshuizen wordt een fitnessplek gebouwd en vervolgens gaan de deelnemers lekker met elkaar bewegen. Het programma is vooral gericht op senioren, maar uiteraard is iedereen welkom.

SAMEN BEWEGEN

De lessen duren gemiddeld drie kwartier tot een uur en bestaan uit allerlei beweeg-, balans- en coördinatieoefeningen. Hierbij wordt rekening gehouden met ieders kunnen. Het is dus geen sporttraining, maar juist het elkaar ontmoeten en samen bewegen staat centraal.

Bij iedere les is er ook een moment om samen koffie te drinken en bij te praten.

5 ELEMENTEN

Bij de beweegoefeningen gaat het met name om 5 elementen: lopen, staan/zitten, duwen, trekken en bukken. Deze elementen worden getraind via laagdrempelige oefeningen, waarbij herhaling de kracht is. Tussendoor zijn er ook oefeningen die helpen



om de balans en coördinatie van de deelnemers te verbeteren. Daardoor wordt ook het risico op vallen verkleind én het zorgt voor meer zelfvertrouwen.

PROGRAMMA

Deelname aan het beweegprogramma is gratis. Iedereen die mee wil doen, kan aansluiten:

- Maandag om 19.00 uur bij Dorpshuis de Pompel in Overschild;
- Dinsdag om 10.00 uur en 11.00 uur bij 't Mainschoar in Kolham;
- Woensdag om 10.45 uur bij Dorpshuis de Ruyten in Froombosch. Bij deze les is het ook mogelijk om na afloop aan te haken voor een gezonde lunch in het dorps huis.

UITBREIDING

Binnenkort wordt het programma uitgebreid met een tweede beweegkar. Uiteindelijk is het de bedoeling om op deze manier meerdere dorpen in Midden-Groningen in beweging te brengen.

INFORMATIE

Meer informatie over Dorpen in Beweging is te vinden op www.midden-groningen.nl. Bij vragen kan contact gezocht worden door een mail te sturen naar: buurtsportcoaches@midden-groningen.nl.



WANDELGROEPEN IN MIDDEN-GRONINGEN

Wandelen is leuk, gezond, gezellig en onderweg zie je nog eens wat. Zeker in Midden-Groningen. Want nu het voorjaar is en de temperaturen stijgen, is het heerlijk om buiten te zijn. Dit kan ook met meerdere mensen en onder deskundige begeleiding. Op verschillende plekken in de gemeente wordt er wekelijks gewandeld met de buurtsportcoach.

Momenteel zijn er in Midden-Groningen vier verschillende wandelgroepen. In deze wandelgroepen kunt u samen met een buurtsportcoach en uw buurtgenoten lekker wandelen. Gezellig, gezond en bovendien is het gratis!

VOOR IEDEREEN

De wandelgroepen zijn voor iedereen. Van jong tot oud en ook voor mensen met een rollator.

Het sociale karakter speelt een belangrijke rol bij de wandelgroepen. Op een ongedwongen en gezellige manier maakt u contact met uw buurt- of dorpsgenoten. De wandelingen duren een uur en iedereen kan gratis meedoen. Na afloop kunt u nog een kopje koffie of thee drinken in een nabijgelegen dorps huis of wijkcentrum.

Momenteel zijn er in Midden-Groningen vier verschillende wandelgroepen.

WANDELGROEP HOOGEZAND

Maandag 10.00 - 11.00 uur
Verzamelen bij Woldwijckcentrum

Woensdag 10.00-11.00 uur
Verzamelen bij Sportcentrum De Kalkwijk

WANDELGROEP KOLHAM

Woensdag 10.00-11.00 uur.
Verzamelen bij dorps huis Mainschoar



WANDELGROEP SIDDEBUREN

Donderdag 10.00-11.00 uur.
Verzamelen bij parkeerplaats tennisvereniging

WANDELGROEP SLOCHTEREN

Dinsdag: 13.00 - 14.00 uur.
Tijdelijk verzamelen bij de Houtstek

CONTACT

Wilt u meelopen of heeft u vragen, neem dan contact op met buurtsportcoach Petra van den Engel via petra.vandenengel@midden-groningen.nl.



NIJBURG INDUSTRY GROUP

Waarom werken bij Nijburg?

- Goede opleidings- en ontwikkelingsmogelijkheden;
- Werken op de mooiste projecten;
- Gedreven collega's met passie voor hun vak;
- Vrijheid in je werkzaamheden.

De Nijburg Industry Group is een Nederlands familiebedrijf met eigen productiefaciliteit, gespecialiseerd in het produceren, leveren en installeren van totaaloplossingen voor een gezond en comfortabel binnenklimaat. Dit doen wij voor partijen uit de gehele bouwkolom, van opdrachtgever en adviseur tot installateur en gebouwmanagement, zowel nationaal als internationaal.

Werken bij Nijburg Industry Group



BIM-Modellieur



**Receptionist(e)/
telefonist(e)**

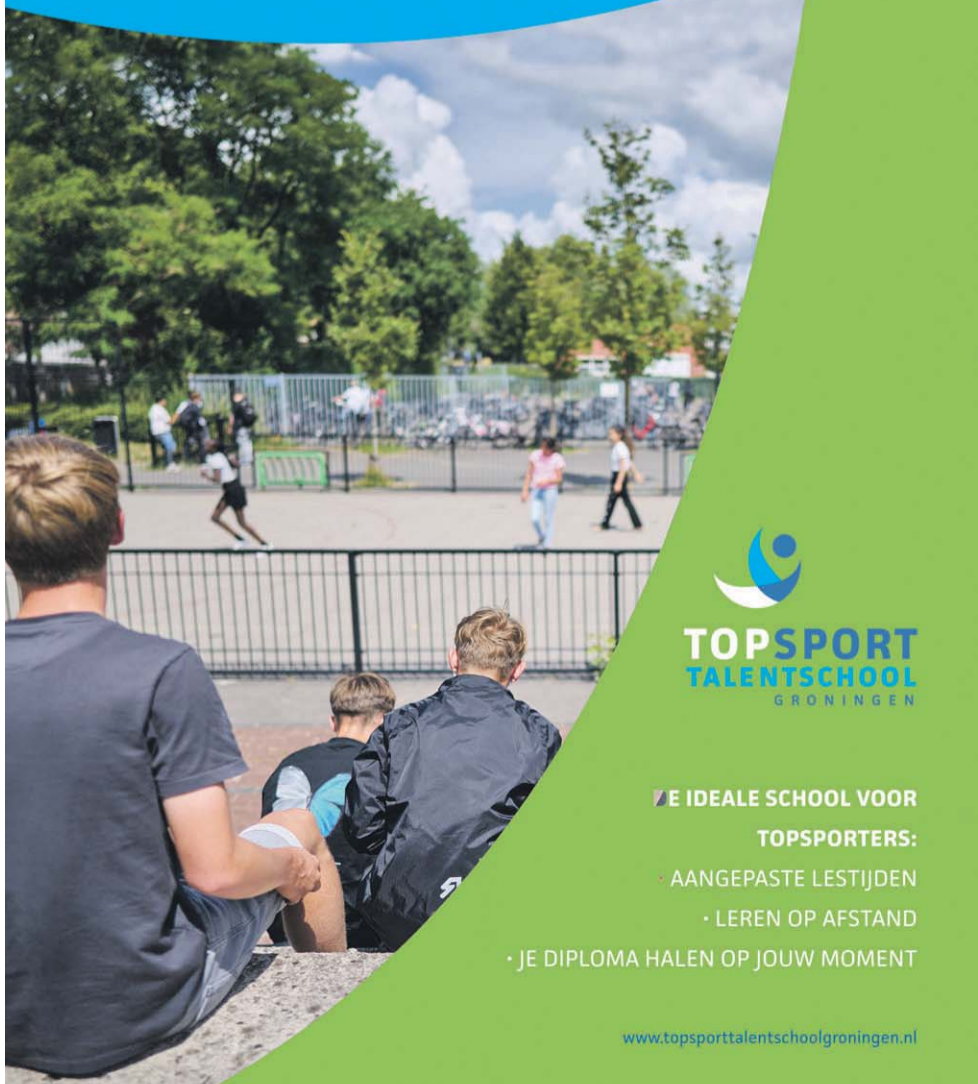


**Werkvoorbereider
Productie**

Voor meer informatie over deze of andere vacatures, scan de QR-code of ga naar werken-bij-NIG.nl



DALTONONDERWIJS VOOR SPORTERS

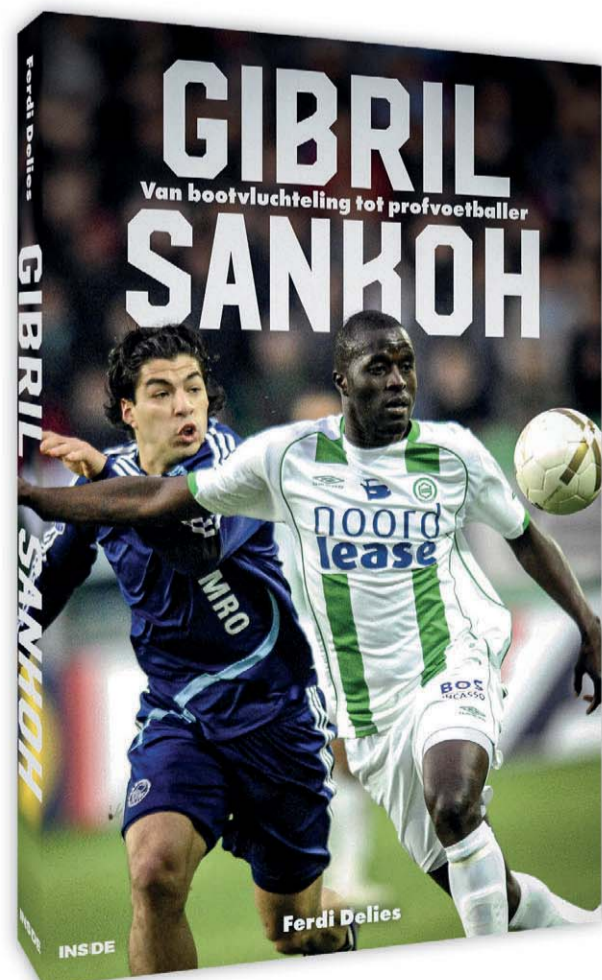


DE IDEALE SCHOOL VOOR TOPSPORTERS:

- AANGEPASTE LESTIJDEN
- LEREN OP AFSTAND
- JE DIPLOMA HALEN OP JOUW MOMENT

www.topsporttalentschool groningen.nl

HET INSPIRERENDE VERHAAL VAN EEN VLUCHTELING DIE HET SCHOPTTE TOT PROFVOETBALLER



INSIDE

paperback: € 22,99 | ook als e-book en luisterboek verkrijgbaar

TRUE FLIGHT ARCHERY

HANDBOOGSCHieten IS EEN SPORT VOOR IEDEREEN

Handboogvereniging True Flight Archery bestaat in mei 30 jaar. Dit jubileum wordt bescheiden gevierd. Maar over de prestaties en groei hoeft de club dat zeker niet te zijn. De sport zit flink in de lift en dat merken ze ook in Muntendam. De leden komen inmiddels uit de hele provincie, onder wie ook veel jongeren.



De toenemende populariteit van de handboogsport is mede te danken aan de prestaties van jonge Nederlandse schutters op de Olympische Spelen. Zo zorgden Steve Wijler en Gabriela Bayardo in Tokio na een zinderende finale voor de eerste Nederlandse medaille. Daarnaast hebben ook films en games met boogschutters in de hoofdrol de sport een forse boost gegeven.

NOG RUIMTE

Aan die groei zit een keerzijde. Bij veel handboogverenigingen is er sprake van een ledenstop. "Bij ons is dat nog niet het geval," zegt André van Vuuren, secretaris van True Flight Archery. "Wij hebben de ruimte en geïnteresseerden kunnen nog altijd bij ons terecht." De vereniging in Muntendam telt inmiddels 55 actieve leden.

Opvallend is het aantal jeugdleden. "Ons jongste lid is 10 jaar en we hebben veel meisjes."

UITDAGENDE COMBINATIE

Handboogschieten is een sport voor iedereen en alle leeftijden. Daarbij draait het om techniek, concentratie, controle en stressbestendigheid. "Bovendien strijd je niet alleen tegen een tegenstander, maar ook tegen jezelf. Die combinatie maakt het heel uitdagend," weet de secretaris.

Bijzonder is ook het materiaal. "Op dat gebied is er enorm veel variatie. Van traditionele houten bogen tot hightech compoundbogen. Als je bij ons begint, kun je eerst enkele weken gebruik maken van een verenigingsboog. Om te kijken wat het best bij je past en of het iets voor je is. Als je lid wordt, is het de bedoeling dat je zelf een boog aanschaft.

Onze ervaren schutters geven graag advies."

BINNEN EN BUITEN

True Flight Archery werd opgericht in 1994 en kende in de historie diverse verhuizingen. Na een aantal jaren in een gymnastieklokaal in Hoogezand, besloot de club in 2005 naar Muntendam te verkassen. In eerste instantie naar De Ruitershorn; sinds 2017 is De Menterne de locatie.

"Daar schieten wij iedere maandagavond tot een afstand van 25 meter," verduidelijkt André. "In de zomermaanden wordt er buiten getraind. Op het terrein van de ijsbaan hebben we de mogelijkheid om over grotere afstanden te schieten, zelfs tot 70 meter."

GEZELLIGHEID

Met de clubs uit het noorden van het land speelt True Flight ook onderlinge wedstrijden en toernooien. De vereniging

organiseert zelf ook toernooien waarbij naast de prestaties ook de gezelligheid belangrijk is. Gezellig wordt het ongetwijfeld ook bij de viering van het 30-jarig bestaan. "Dat doen we met een leuke barbecue in de tuin van de penningmeester. Lekker buiten dus, dan kunnen we ook nog even schieten."

Meer informatie over True Flight Archery is te vinden op www.trueflight.nl.

WIJCHGELSHEIM MAAKT ZICH OP VOOR EEUWFEEST

100 JAAR TENNIS IN SCHILDWOLDE

Tennisclub Wijchgelshheim bestaat op 5 mei precies 100 jaar. Een unieke mijlpaal voor de vereniging uit Schildwolde die in 1924 werd opgericht. Om dit bijzondere jubileum te vieren, worden er op 10 en 11 mei allerlei activiteiten georganiseerd en is er een prachtig jubileumboek verschenen.

Frits Boven weet daar alles van. Hij is lid van de activiteitencommissie en manusje-van-alles op het tennispark. Boven verheugt zich enorm op het jubileum. "Wij hopen op een prachtig feest, stralend weer en heel veel bezoekers. 100 jaar wordt tenslotte niet zomaar en dat mag gevierd worden."

TWEË KEER FEEST

Het feit dat de festiviteiten niet op de officiële verjaardag plaatsvinden, is overigens een bewuste keuze. "Dan is het Bevrijdingsdag. Vandaar dat wij het een week later doen. Nu hebben wij dus twee keer feest."

KERNGEZOND

Tennisclub Wijchgelshheim werd opgericht op 5 mei 1924. De eerste 45 jaar speelden de leden op

de banen aan de Hoofdweg. In 1969 verhuisde de club naar het tennispark aan de Schildwolderdijk, waar de vereniging nog steeds gevestigd is.

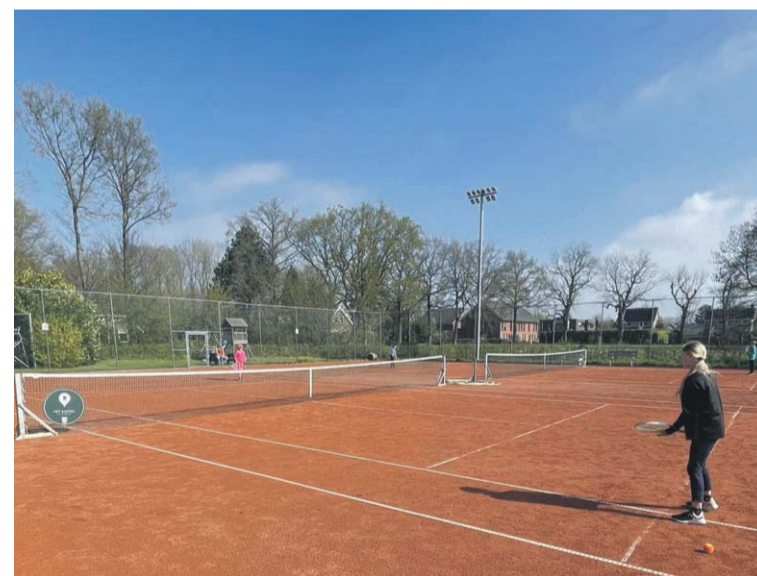
Op het complex beschikt Wijchgelshheim over vijf verlichte gravelbanen en een kantine met

kleedruimtes. Het ledenaantal ligt rond de 150. "Dat is in het verleden ook wel eens het dubbele geweest, maar de club is springlevend en kerngezond," benadrukt Boven.

PROGRAMMA

Het jubileumweekend wordt afgeslagen op vrijdag 10 mei. Dan staan er allerlei tennisactiviteiten gepland voor de jeugd en de senioren. Op zaterdag wordt het programma officieel geopend door wethouder Annemiek Hoesen en Christian Bessembinders van de KNLTB.

Om 14:00 uur begint de demonstratiewedstrijd van Niels en Jasper Visker. Een van de hoogtepunten van het weekend. De broers uit Lageland behoren tot de top van Nederland. Daarna



staan er leuke tennis-gerelateerde activiteiten op het programma. Zoals tennisvoetbal, een tenniskanon en een snelheidsmeter. Na een gezamenlijke maaltijd barst het feest voor leden en oud-leden los.

JUBILEUMBOEK

Tijdens de festiviteiten kan ook het jubileumboek worden aangeschaft, dat is geschreven door Ineke Koning-Venema. "Het is een prachtig boekwerk geworden over de geschiedenis van de club," weet Boven. Het boek is ook te verkrijgen bij de DA/Readshop in Schildwolde.

LESSEN

Naast het boek lanceerde de vereniging ook speciale jubileumkleding. Het tenue zal de komende maanden ongetwijfeld vaak te zien

zijn op de banen in Schildwolde. Zowel bij de clubkampioenschappen als in de competitie en bij de tennislessen. Ook worden gedurende het seizoen open tennismiddagen georganiseerd waarbij volwassenen en jeugd kunnen kennismaken met tennis.

HOOGTEPUNT

Met het jubileumweekend zijn de festiviteiten overigens nog niet ten einde. Want van 5 tot en met 11 augustus staat het jaarlijkse Wijchgelheimer Open op de agenda. Een groots toernooi waaraan in 2023 ruim 200 spelers deelnamen. "Dat is altijd een hoogtepunt en het bezoeken meer dan waard," besluit Boven.

Meer weten?

Kijk op www.wijchgelshheim.nl.



- fysiotherapie
- manuele therapie
- dry needling
- oedeemtherapie
- duizeligheidsbehandeling



Gorecht Oost 3
9603 AB Hoogezand
0598 351200
info@stadshartfysio.nl
www.stadshartfysio.nl

COMPLETE REALISATIE VAN UW SPORT, CULTUUR, ZORG EN RECREATIE UITINGEN

ALTIJD IN BEWEGING

Met het vormgeven, ontwikkelen, drukken en verspreiden van kranten, flyers, magazines, advertenties, narrowcasting, etc.....

Dit alles in samenwerking met:



Bel ons 0594-851 782 www.kiwimediaproducties.nl



SCHOUT POELMANWEG 2
9617 BK HARKSTEDEN
050-4042309
CONTACT@TANDARTSPRAKTIJKLAARMAN.NL

*H. van Oosten
Meeden*



Duurkenakker 25, 9651 DB MEEDEN
Tel: 0598-625817, Fax: 0598-622317
info@hvanoosten.nl
www.hvanoosten.nl



Beneluxweg 13
9636 HV Zuidbroek
Mob: 06-30661890
wierengaschilderwerken@gmail.com
www.wierengaschilderwerken.nl



GYM XTRAFIT

Damsterweg 32 • 9629PD Steendam
info@gymxtrafit.nl • www.gymxtrafit.nl
Telefoon 06 - 13 01 85 55

nvos orthobanda
vrijheid in beweging

SEMH
erand levensloop

RUCHTI
ORTHOPEDISCHE SCHOENEN

Albert Plesmanlaan 24 c - 9615 TH KOLHAM
www.ruchtischoenen.nl - info@ruchtischoenen.nl



Gorecht-Oost 11 | 9603 AA Hoogezand
Tel. 0598 745 084
info@sakurahoogezand.nl
www.sakurahoogezand.nl



www.tropiqua.nl

RECREATIEF VOLLEYBALTOERNOOI HELLUM

'DIT HAD 25 JAAR GELEDEN NIEMAND KUNNEN VOORSPELLEN'

Zullen we een keer iets leuks organiseren? Met die vraag kwam in 1998 een groep vrienden uit Hellum bijeen. Dat 'iets' werd een recreatief volleybaltoernooi met een bruisende feestavond. Een gouden formule. Want in 25 jaar groeide het initiatief uit tot een geweldig evenement met honderden deelnemers. Voor de editie van 2024 is de belangstelling zelfs groter dan ooit. Binnen drie dagen was het maximale aantal teams al bereikt. Een record!



"Het ging inderdaad bizar hard," zegt Jan Wolf, voorzitter van de organiserende stichting Aigenwies. "Op 1 april om klokslag 00.00 uur hebben we via de website de inschrijving geopend. Na 12 minuten meldde het eerste team zich aan. In een dag waren het al 44 en daarna kon heel snel de tekst 'vol' worden geplaatst. Alle 50 teamplekken zijn vergeven; meer capaciteit hebben we ook niet. Vandaar dat we nu met een wachtlijst werken."

daarvoor wel wat lobbywerk nodig, want niemand kende het toernooi," weet Jan. "Maar na afloop was iedereen superenthousiast. Vooral door de combinatie van lekker sporten, veel gezelligheid en een feestavond. Dat was ook precies wat wij voor ogen hadden."

EENTJE GEMIST

Inmiddels zijn we 25 jaar verder en staat in juli de 24e editie op het programma. "Het had eigenlijk de 25e moeten zijn, maar

Hellum allemaal op het sportveld en na afloop in de feesttent. Vorig jaar was het helemaal afgeladen vol, toen Jannes kwam optreden. Het gaat dus om serieuze aantallen en dan moet je het gewoon goed regelen."

VOORBEREIDINGEN

De voorbereidingen nemen dan ook heel wat tijd in beslag. "Dat begint al in september met evalueren en het bespreken van verbeterpunten," legt Wolf uit. "Daarna volgt een heel traject waarbij alles in kaart wordt gebracht en aangevraagd. De vergunning, horeca, het vastleggen van de tent en artiesten, ballen, netten, EHBO en tientallen andere zaken die moeten worden geregeld. Daar hebben wij een dik draaiboek voor."

De 'piek' ligt in de week voor het toernooi waarbij met een groep van zo'n 40 vrijwilligers alles wordt opgebouwd en ingericht. Inclusief de enorme feesttent. "Dat is altijd een mooi moment omdat dan écht begint te leven. Zeker in Hellum en de omliggende dorpen. Wie je ook spreekt en waar je ook komt; iedereen heeft het er over en kijkt er naar uit."

KLAAR VOOR

De 24e editie belooft weer een geweldig spektakel te worden. "We zijn er helemaal klaar voor," benadrukt Jan. "Het enige dat we niet in de hand hebben, is het weer. Maar daar laten wij ons niet door leiden. De deelnemers trouwens ook niet. We hebben 50 geweldige teams. Van ervaren volleyballers tot buurtverenigingen en vriendengroepen die een keer per jaar

hier sporten. Het is dus heel divers en iedereen heeft er zin in. Dat maakt het ook mooi."

"Wanneer ik tevreden ben? Als alles goed en sportief verloopt, we op twee avonden een volle tent hebben en vooral als iedereen plezier heeft. Want daar draait het uiteindelijk om. Samen sporten en met elkaar een mooi feest vieren. Zo doen wij dat in Hellum."

**PLAN**

Wolf is een van de oprichters en initiatiefnemers van het jaarlijkse volleybaltoernooi. Samen met een vriendengroep vatte hij in 1998 het plan op om een activiteit te organiseren. "Iets met sport en spel en na afloop een gezellig feest om de saamhorigheid te bevorderen. Een beetje naar het idee van de zeskampen die je vroeger in verschillende dorpen had," legt Jan uit.

Uiteindelijk viel de keuze op een volleybaltoernooi. In eerste instantie alleen voor Hellum, maar al snel werd het groter getrokken naar de gehele gemeente Slochteren. Daarop werd een plan van aanpak gemaakt en een stichting opgericht met de naam 'Aigenwies. (op eigen wijze). Via een benefietavond die 500 gulden opleverde en sponsoring van de Rabobank en de toenmalige C1000 in Schildwolde, tegenwoordig Plus Spithoff, kwam het idee van de grond.

LOBBYWERK

De eerste editie in 1999 was meteen een succes. "We hadden uiteindelijk 23 teams, al was

door de coronaperiode hebben we er eentje gemist," legt Jan uit. "Volgend jaar zijn we dus toe aan een jubileumeditie. Dat had in 1999 niemand kunnen voorspellen. Natuurlijk zijn wij daar trots op. Vooral omdat de uitgangspunten van toen nog steeds overeind staan."

SERIEUZE AANTALLEN

Desondanks is er in de loop der jaren het nodige veranderd. "Het toernooi is veel groter geworden en alles is nu een stuk professioneler. Dat moet ook. Want als je 50 teams hebt van 8-10 spelers en een paar honderd man publiek, dan praat je al snel over 700 tot 800 mensen. Die staan hier in

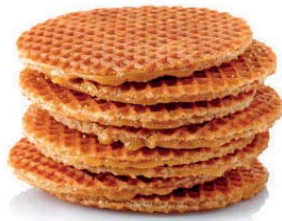
**PROGRAMMA 12 EN 13 JULI**

Op vrijdag 12 en zaterdag 13 juli staat de 24e editie van het recreatief volleybaltoernooi op de agenda. 50 teams binden in 10 poules de strijd met elkaar aan. Er wordt gespeeld op 10 velden. Op vrijdag starten de poulewedstrijden om 18:30 uur. Na afloop is er in de tent een summerparty met feest-DJ Raúl.

Op de zaterdag starten om 12:15 uur de finaleronden in de winnaarspoules en in de tweede divisie. Om 18:00 uur staat de grote finale gepland. De winnaar wordt gekroond tot 'Kampioen van Midden-Groningen'. Na afloop is er wederom feest met optredens van de Partyband TOF! en Marloez Atemlos. Toegang is gratis, maar kom op tijd want VOL=VOL.

De wedstrijden worden gespeeld op het sportveld achter de kerk in Hellum, waar ook de feesttent is opgezet. Publiek is van harte welkom, de toegang is gratis. Kijk voor meer informatie op www.aigenwies.nl.

m
ridderbos
MAKELAARDIJ



ZORGT U VOOR DE KOFFIE?
DAN NEMEN WIJ IETS LEKKERS MEE.

Uw hypotheek, pensioen en verzekering goed geregeld!
Voor advies op maat komen wij graag bij u langs.

Aan- en verkoop woningen • Assurantiën • Pensioenen • Hypotheken

0598 - 635 092

ridderbosmakelaardij.nl



Nedmag, bron van magnesium

Diep onder Veendam, wel 2000 meter onder de grond, liggen de restanten van de Zechsteinzee. Een oerzee vol mineralen en zouten die miljoenen jaren geleden indroogde en in de bodem lag. Deze zee vormt nu een dikke zoutlaag, waaruit Nedmag magnesiumzout wint.

Wist je dat sporters veel baat hebben bij magnesium? Het mineraal geeft energie en laat spieren ontspannen.

*Meer weten over zoutwinning?
Kijk eens op www.nedmag.nl
en plan een bedrijfsbezoek!*



T: (+31) 6 528 633 44

E: info@stukadoorsbedrijfblauw.nl



**JOUW PARTNER IN
DUURZAAMHEID**

Energielabel

Woning of bedrijfspand verkopen of verhuren?
Regel snel en voordelig je energielabel via ons.

Verduurzamingsplan

Dit advies geeft aan welke energie
bespaarmogelijkheden het meeste
effectief zijn voor je woning.

Contact

Scan de QR code en ontvang
€25,- korting op je
energielabel of
verduurzamingsplan met
kortingscode BDA2425



BDA

Snel en voordelig geregeld

Bij BDA geven we
onafhankelijk advies
in het verduurzamen
van woningen en
bedrijfspanden.

www.bosmanduurzaamadvies.nl info@bosmanduurzaamadvies.nl tel: 085-4015182

Wij zoeken jou!



- Creatief
- Flexibel
- Praktisch
- Enthousiast

Vakantievreugd organiseert vakanties en dagtochten voor mensen met een verstandelijke beperking en is op zoek naar vrijwillige reisbegeleiders. Heb jij wat tijd over...?



Word vrijwilliger!

VAKANTIEVREUGD
reizen met een plus!



Postbus 93 • 9410 AB BEILEN
E info@vakantievreugd.org | T (0593) 522 317
www.vakantievreugd.org



Happy Kids

Ponycoaching & Kindercoaching



Ponycoaching Happy Kids in Kolham.

Kinderen coachen met de geweldige hulp van pony's.
Nieuwsgierig wat de pony's kunnen betekenen voor uw kind?

www.ponycoachinghappykids.nl



JOGG MIDDEN-GRONINGEN MAAKT WATER DRINKEN WEER HEEL GEWOON

Water is de meest gezonde dorstlesser en lekker om te drinken. Het bevat geen calorieën, is puur natuur en overal verkrijgbaar. Bovendien behoort het Nederlandse kraanwater tot het beste ter wereld. Toch drinken veel kinderen op scholen of op de kinderopvang nog vaak zoete dranken met veel suiker. Dat is best lekker, maar niet gezond. En dat brengt allerlei risico's met zich mee.

Daarom heeft JOGG een programma opgezet om de jeugd via de kinderopvang- of schoolomgeving gezond gedrag aan te leren. Daarbij wordt water drinken normaal; zoete dranken worden de uitzondering.

VOORDELEN

Dit levert veel voordelen op. In de eerste plaats voor de gezondheid. Als kinderen 'leren' om water te drinken, dan hebben ze daar de rest van hun leven wat aan. Bijvoorbeeld bij de preventie van overgewicht. Ook is het goed om te wennen aan smaken die niet zoet zijn. Daarom is water beter dan suikervrije limonade.

Kinderen die water drinken hebben ook minder 'suikerpieken'. Daardoor kunnen zij zich in de klas of op de BSO beter concentreren en zijn minder 'druk'. Bovendien is het drinken van water op school of op het kinderdagverblijf ook goed voor het milieu. Er worden miljoenen pakjes afval bespaard.

PILOT MIDDEN-GRONINGEN

Water drinken heeft dus veel voordelen en het is een mooie eerste stap naar een gezondere leefstijl. Om water drinken te

stimuleren, heeft JOGG de campagne DrinkWater gelanceerd.

Het programma draait ook in Midden-Groningen. Hiervoor start in mei een pilot waaraan diverse scholen en kinderdagverblijven meedoen. Zoals Kindcentrum Zuidbroek met OBS De Tandem, CBS De Wegwijzer, en kinderdagverblijf Poko Loko. En Kindcentrum Noordbroek met OBS Inspecteur Amerika en Kinderopvang Oh Gut Oh Grut.

WATERTAP EN DUURZAME WATERFLESSEN

Om het drinken van water makkelijk en normaal te maken, worden op de kindcentra roestvrijsta-

len watertappunten geplaatst. Deze worden gebruikt voor het vullen van waterflesjes, bidons en herbruikbare bekers.

Daarnaast krijgen alle leerlingen en leerkrachten een duurzame bidon. Deze bidons gaan leeg mee naar school (eventueel met een stukje fruit er in) en worden daar gevuld met water. Om het water drinken vanzelfsprekend te maken en te houden, krijgen ook de kleuters zo'n leuke bidon.

WATERFEEST EN VOORLICHTING

Op woensdag 22 mei zal wethouder Annemiek Hoesen de eerste watertap openen in kindcentrum Noordbroek. Daarna verzorgen de



buursportcoaches van Midden-Groningen een gezellig Waterfeest op het schoolplein. Een week later is kindcentrum Zuidbroek aan de beurt. Daar zal op woensdag 29 mei JOGG-ambassadeur Juvat Westendorp de watertap openen en het Waterfeest aftrappen.

Tijdens de pilot komt ook het Waterbedrijf Groningen langs op de scholen. Dit om aan kinde-

ren te vertellen waar ons drinkwater vandaag komt en wat er allemaal bij komt kijken voordat water uit de kraan komt.

INFORMATIE

Voor vragen over de pilot, het stimuleren van water drinken of over JOGG, kunt u terecht bij JOGG-regisseur Petra van den Engel. Haar emailadres is: petra.vandenengel@midden-groningen.nl



WAT IS JOGG MIDDEN-GRONINGEN

Sinds mei 2022 is de gemeente Midden-Groningen een JOGG gemeente. JOGG staat voor Gezonde jeugd, gezonde toekomst. Met het omarmen van de JOGG-aanpak zet Midden-Groningen zich gericht in op het stimuleren van een gezonde omgeving met een gezonde leefstijl. Daarbij worden jongeren geënthousiasmeerd en geïnspireerd om op gezonder gewicht te komen of te blijven.

Met deze multidisciplinaire aanpak wordt nagestreefd om de leefomgeving waarin kinderen veel komen gezond te maken. Daarbij horen naast het stimuleren van een gezonder aanbod van eten en drinken ook meer bewegen, voldoende ontspanning en slaap.

MAANDAG 3 JUNI

OLYMPISCHE DAG IN MIDDEN-GRONINGEN

Het is al jaren een succes in de gemeente Midden-Groningen: de Schoolsport Olympiade. Dit evenement wordt eens in de vier jaar gehouden, parallel aan de Olympische Spelen en de Paralympische Spelen. Leerlingen uit de Groepen 7 en 8 van basisscholen in de gemeente komen dan in actie.

Het event vindt dit jaar plaats op maandag 3 juni, op de velden van Sportpark De Kalkwijk en in Sportcentrum De Kalkwijk in Hoogezand. In totaal nemen 17 basisscholen uit de gemeente deel.

VERSCHILLENDE SPORTEN

Op de editie van 2024 komen circa 750 kinderen in actie bij verschillende sporten. Zoals voetbal, hockey, tennis,

basketbal, volleybal, badminton en tafeltennis. Voor leerlingen die om welke reden dan ook, niet aan een sport mee kunnen doen, worden eveneens activiteiten georganiseerd. Ook dit telt mee in de eindrangschikking.

Uiteraard wordt de School Olympiade afgesloten met een officiële prijsuitreiking, huldiging en een feestelijke afsluiting.



SAMEN SPORTEN

De Schoolsport Olympiade is opgezet om basisschoolleerlingen te stimuleren te gaan sporten en bewegingsarmoede tegen te

gaan. Maar het is vooral ook een dag vol plezier, gezelligheid en lekker samen sporten. Het uitgangspunt is dat alle kinderen in hun basisschoolperiode een

keer kunnen deelnemen aan de Schoolsport Olympiade. De organisatie is in handen van Team Sport & Bewegen van de gemeente Midden-Groningen.

meer Marne meer smaak



Onze Groningse mosterdmeesters maken al meer dan 125 jaar de lekkerste mosterd. Zo wordt jouw dagelijkse kost een heerlijk hap vol pit en maak je van de flauwe vrijdagmiddagsnack een bitterbal vol passie!
Meer karakter, meer smaak, meer mogelijkheden... meer Marne.

Marne



WAT VINDEN KINDEREN BELANGRIJK?

Sport en bewegen is voor iedereen belangrijk. Dit geldt zeker ook voor kinderen. Daarom doet de Kinderraad van de gemeente Midden-Groningen onderzoek naar de mogelijkheden om buiten te sporten en te bewegen. Aan de hand van de uitkomsten wordt aan het einde van het schooljaar een advies gegeven.



Het onderzoek richt zich op het inzichtelijk maken van de wensen van kinderen. Bijvoorbeeld op het gebied van Urban Sports en de mogelijkheden voor buitensporten in hun omgeving. In de gemeente zijn weliswaar diverse speel- en sportplekken, maar sommige daarvan zijn verouderd of voldoen niet meer aan de behoeften van kinderen. Deze plekken zijn samen met buurtsportcoaches Robbin de Vries en Robert de Groot in kaart gebracht.

VRAGENLIJST

Om te onderzoeken wat kinderen belangrijk vinden in hun omgeving, is een vragenlijst opgesteld. Deze is verspreid onder de groepen 5-8 van alle basisscholen in de gemeente

Midden-Groningen. De lijst is al meer dan 500 keer ingevuld.

GOEDE IDEEËN

Uit de eerste resultaten blijft dat kinderen in de gemeente allerlei goede ideeën hebben om het sporten en bewegen in hun wijk of dorp te stimuleren. Dit kan bijvoorbeeld een speelplek zijn met betere toestellen voor oudere kinderen of meer faciliteiten voor kinderen met een beperking.

Ook de aanleg van goede Urban Sportplekken, met mogelijkheden om te skaten, BMX'en of te freestylen, komt vaak naar voren. Andere kinderen zijn juist heel tevreden met de bestaande sportplekken, maar zij vinden het wel leuk als er meer activiteiten worden georganiseerd.

ADVIES

Eind mei worden de resultaten geanalyseerd en gebundeld. Samen met de buurtsportcoaches wordt bekeken welke sport- en speelplekken moeten worden aangepakt of waar de gemeente op moet inzetten. Vervolgens worden de belangrijkste wensen van kinderen in een advies aan de gemeenteraad aangeboden.

RAAD VAN DE TOEKOMST

De Kinderraad wordt officieel de Raad van de Toekomst genoemd. De Raad bestaat uit 22 kinderraadsleden, onder leiding van kinderburgemeester Belinay Babuscu.

De raadsleden zijn leerlingen van groep 8 van zo'n 20 basisscholen in de gemeente. Ze denken gedurende het schooljaar samen na over onderwerpen die kinderen aangaan. Dit gebeurt onder begeleiding van enkele gemeenteraadsleden. Een van de speerpunten waar de Kinderraad dit jaar op inzet is het thema Sporten en Bewegen.

JEUGDFONDS SPORT & CULTUUR

Het Jeugdfonds Sport & Cultuur maakt het mogelijk dat kinderen en jongeren uit gezinnen met weinig geld of geldzorgen toch mee kunnen doen met voetbal, muziekles, turnen, streetdance, judo, theaterles of een andere sportieve of creatieve activiteit.

Voor die kinderen en jongeren betaalt het Jeugdfonds Sport & Cultuur de contributie of het lesgeld en in sommige gevallen de benodigdheden zoals voetbalkleding of dansschoenen. Zo krijgt ieder kind en elke jongere de kans om lid te worden van een sport- of cultuurclub.

Dit is belangrijk. Niet alleen omdat het leuk is, maar ook voor de persoonlijke ontwikkeling. Op de club leren kinderen samenwerken en ontdekken ze waar ze goed in zijn. Ze maken nieuwe vrienden en krijgen meer zelfvertrouwen.

HOE WERKT HET:

1. De aanvraag voor een bijdrage wordt gedaan door een intermediair (tussenpersoon). Dit is bijvoorbeeld een leerkracht, buurtsportcoach, schuldhulpverlener Humanitas, Stichting Leergeld, of medewerker sociaal wijkteam;
2. De intermediair doet, in overleg met jou (ouder/verzorger), een aanvraag;
3. Je hoort binnen 3 weken of de aanvraag goedgekeurd is;
4. Na goedkeuring kun je je kind aanmelden bij de sportclub, dansschool of andere organisatie waar je kind op les wil;
5. Het Jeugdfonds Sport & Cultuur betaalt de contributie of het lesgeld direct aan de sportclub/lesgever. Je ontvangt zelf geen geld. Let op: Er moet ieder jaar een nieuwe aanvraag gedaan worden.

Kijk voor meer informatie op www.jeugdfondssportencultuur/groningen. Voor vragen kun je ook contact opnemen via groningen@jeugdfondssportencultuur.nl.



PLEINSPLENBOEK MIDDEN-GRONINGEN

Onlangs is het eerste Plein- spelenboek Midden-Groningen uitgereikt aan OBS De Springplank in Siddeburen. In dit boek staan leuke spellen en activiteiten die met een groepje gespeeld kunnen worden op het schoolplein.

Het Plein- spelenboek is gemaakt door Team Sport & Bewegen van de gemeente Midden-Groningen. Binnenkort wordt het boekje aan iedere school in de gemeente uitgereikt. Hiermee kunnen alle leerlingen met een scala aan pleinspellen kennis- maken. Het idee achter het boek is dat kinderen de spellen aan elkaar leren, zodat ze deze van elkaar overnemen en het samen gaan doen.

KINDERRAAD

Dit boekje sluit ook goed aan op het thema 'Sport en Bewegen', waar de Kinderraad van Midden-Groningen zich

dit jaar voor inzet. Belinay Babuscu, Kinderburgemeester van Midden-Groningen is dan ook blij met het initiatief.

"Het is heel belangrijk dat alle kinderen in Midden-Groningen voldoende kunnen sporten en bewegen. Dat maakt je gezonder en geeft je een fijn gevoel," zegt Belinay. "Met dit boek hoop ik dat kinderen samen met vriendjes en vriendinnetjes uit hun klas nog meer leuke spellen kunnen doen op het schoolplein."

ONDERZOEK

De kinderraadsleden zijn ook bezig om onderzoek te doen naar de mogelijkheden voor buiten sporten en spelen in de gemeente. Aan het eind van het schooljaar geven ze de uitkomsten daarvan mee aan de gemeente.



BTER[®]

financieel



Plan een vrijblijvend adviesgesprek

Onafhankelijk Hypotheekadvies

Johan Zuidema

☎ 0598 – 85 11 89

📞 06 – 46 61 20 90

www.bterfinancieel.nl

Gorecht-Oost 175 Hoogezand

Wij zoeken jou!



Creatief

Flexibel

Praktisch

Enthousiast

Vakantievreugd organiseert vakanties en dagtochten voor mensen met een verstandelijke beperking en is op zoek naar vrijwillige reisbegeleiders. Heb jij wat tijd over...?



Word vrijwilliger!

VAKANTIEVREUGD
reizen met een plus!



Postbus 93 • 9410 AB BEILEN
E info@vakantievreugd.org | T (0593) 522 317
www.vakantievreugd.org



Loodgietersbedrijf

Timmer zinkwerken

Tel: 0653642583

WIJ ZIJN GESPECIALISEERD IN:

- Loodgieterswerk • lood- en zinkwerken
- Dakdekking • Centrale verwarming • Sanitair
- Onderhoudswerk in en rondom het huis

Achterdiep NZ 51 | 9611 BV Sappemeer
Tel: 0653642583 | www.timmerloodgieters.nl



SCHOLTEN

ONGEDIERTEBESTRIJDING

Heiligelaan 44, 9636 CN Zuidbroek
Telefoonnummer: 06-29352589
E-mail: info@scholtenongediertebestrijding.nl
www.scholtenongediertebestrijding.nl

VERNIEUWD ZWEMBAD DE KOLCK IS WEER OPEN

Op 5 mei is het verwarmde openluchtzwembad De Kolck in Meeden weer open gegaan. De afgelopen maanden is het bad gerenoveerd en flink onder handen genomen. Het peuterbad, instructiebad en het grote bad zijn volledig gecoat, geverfd en betegeld en ook de terrassen zijn opnieuw bestraat. Tot begin september kan er dagelijks worden gezwommen.



Voorzitter Niels Holthof is blij met het resultaat, al was het wel een klus. "Samen met de aannemers hebben onze vrijwilligers hard gewerkt om het vernieuwde zwembad weer schoon en operationeel te krijgen. Maar nu ligt het bad er prachtig bij," zegt hij enthousiast.

maken een kleine winst. Maar dat is ook afhankelijk van het weer natuurlijk. En wij kunnen niet zonder subsidie van de gemeente. Sterker nog: wij moeten eigenlijk nog iets meer hebben. De lasten zijn, zoals overal, natuurlijk omhoog gegaan."

3 BADEN

Het openluchtbad neemt in Meeden een belangrijke plaats in. Het groen omringde complex bevat een peuterbad, instructiebad en een 25 meter bad met 2 duikplanken. Op de grote speelweide zijn speelattributen, een klimhuis en een volleybalnet. Ook is er een kiosk met ijs, frisdranken en andere versnaperingen.

GEKWALIFICEERD

Het bad trekt ieder jaar veel bezoekers. Ondanks een matige zomer namen in 2023 ruim 12.600 zwemmers een frisse

duik. Niet alleen uit Meeden maar uit de hele omgeving. Ook scholen en kinderen die zwemles krijgen, komen overal vandaan. Mede vanwege het vakbekwame personeel. "Alle vrijwilligers en medewerkers zijn gekwalificeerd, zowel als zweminstructeur, als reddingszwemmer en zelfs als lifeguard. Niets wordt aan het toeval overgelaten."

DAGELIJKS GEOPEND

In De Kolck kan dagelijks worden gezwommen van 09:00 tot 17:00

uur. Tussen de middag is er een pauze van 12:00 tot 13:30 uur. Op zaterdag, zon- en feestdagen openen de deuren om 13:00 uur.

Gedurende het seizoen worden allerlei activiteiten georganiseerd. Zo staat er op Hemelvaartsdag Dauwzwemmen op het programma, met aansluitend een heerlijk ontbijt. Op 12 mei, Moederdag, krijgen alle moeders een mooie roos. Daarnaast wordt later in het seizoen uiteraard de Zwemvierdaagse gehouden.

MEER ABONNEMENTEN

In principe kan er worden gezwommen tot 8 september. "Maar als het mooi weer is, blijven wij natuurlijk langer open," zegt Holthof. "Ook dit jaar zijn er weer meer abonnementen verkocht. Dat is natuurlijk geweldig en mooi om te zien. Op naar een zonnig zwemseizoen."

Kijk voor meer informatie op www.zwembaddekolck.nl of op de facebookpagina De Kolck Meeden.

ZWEMBAD DE TOBBE KLAAR VOOR NIEUW SEIZOEN

Met een heus openingsfeest vierde Zwembad De Tobbe in Slochteren op 3 mei de start van het zwemseizoen. Daarbij werd meteen duidelijk dat iedereen zin heeft in een nieuw seizoen vol zwemplezier. En als ook het weer een beetje meewerkt, kan er tot begin september dagelijks worden gezwommen.



Het was eigenlijk de bedoeling dat het bad in april de deuren zou openen, maar dat werd iets uitgesteld. "Vooral vanwege de lage temperaturen," vertelt bestuurslid Mirthe Zuhorn. "Als het te koud is, moeten we hard stoken om het water te verwarmen en dat kan gewoon niet uit. Er liggen hier weliswaar zonnepanelen, maar ook daarvoor hebben wij mooi weer en zon nodig. Gelukkig begrijpen de meeste mensen onze afweging wel."

ZWEMPROOF

De Tobbe ligt er weer piekfijn bij. Met dank aan 15-20 vrijwilligers die het bad eind maart 'zwemproof' hebben gemaakt. Daarbij zijn niet alleen het peuterbad en

het zwembad schoongemaakt; ook de kleedruimtes, de kiosk en de ligweide zijn klaar voor de zomer.

"Samen hebben wij er een gezellige ochtend van gemaakt en veel werk verzet," zegt Mirthe. "Zonder onze vrijwilligers zijn we nergens. Niet alleen bij de voorbereidingen, maar ook tijdens het seizoen. Aan het eind van iedere dag komen er vrijwilligers helpen om schoon te maken. Ook het bestuurswerk moet gedaan worden. Gelukkig hebben zich net weer nieuwe vrijwilligers gemeld."

ONTMOETINGSPLAATS

Het zwembad is een stichting en krijgt subsidie van de gemeente.

Vrijwilligers zorgen er voor dat het bad open kan blijven. Het openluchtbad is een belangrijke ontmoetingsplaats voor jong en oud. Op mooie dagen trekt De Tobbe zo'n 150-200 bezoekers. Ook activiteiten als tobbedansen, spijkerbroekhangen, discoswemmen en natuurlijk de Zwemvierdaagse zijn populair.

IEDERE DAG

"Onze activiteiten worden goed bezocht," weet Mirthe. "Vorig jaar waren er bij de seizoensafsluiting meer dan 300 bezoekers. Maar ook op doordeweekse dagen weten mensen het bad te vinden. Zo is er bijvoorbeeld een trouwe groep bezoekers die op maandag-,

woensdag- en vrijdagochtend tussen 7 en 8 uur baantjes zwemmen. Zij zijn er altijd; weer of geen weer."

Ook 's middags zijn er uurtjes voor volwassenzwemmen. En uiteraard kan er iedere dag of 's avonds vrij worden gezwommen. "Op warme dagen en in de vakanties moeten we het vooral hebben van de basisschooljeugd. Tijdens de Zwemvierdaagse komen alle groepen samen, dat is altijd heel gezellig en echt voor jong en oud."

MOOIE ZOMER

Voor het zwemseizoen verkocht De Tobbe al veel abonnementen. Maar wie wil zwemmen, kan ook

een los kaartje kopen. Iedereen kan dus terecht in het bad. "Alleen het weer is en blijft een grote en onvoorspelbare factor," zegt Mirthe. "Op slechte dagen is het vrij rustig, maar ook dan komt de jeugd soms toch naar het zwembad. Bijvoorbeeld om een praatje te maken of een potje te voetballen op het grote veld. Dat kan hier ook, maar zwemmen is natuurlijk het leukst. Wij hopen dan ook op een lange warme zomer. Iedereen is van harte welkom."

Kijk voor meer informatie op www.zwembadslochteren.nl of op de Facebookpagina van De Tobbe.

DOORTRAPPEN GRONINGEN

LANG BLIJVEN FIETSEN EN GENIETEN

Veiliger fietsen tot je 100ste! Dat is het motto van 'Doortrappen Groningen'. De komende weken en maanden worden allerlei activiteiten georganiseerd om oudere Groningers te stimuleren en te helpen zo lang mogelijk plezierig en veilig te kunnen fietsen. Ook in Midden-Groningen.

Doortrappen is een programma van het Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat. Het is bedoeld om fietsende senioren langer mobiel te houden. De provincie Groningen en alle Groningse gemeenten geven samen vorm aan het project onder de noemer 'Doortrappen Groningen'. Ook de gemeente Midden-Groningen is hierbij aangesloten.

FIETSEN IS HEERLIJK

Doortrappen helpt je om zo lang mogelijk en veilig te kunnen blijven fietsen. Want fietsen is heerlijk! Door te fietsen, blijf je langer gezond, zelfstandig en in contact met andere mensen. Maar senioren zijn ook kwetsbaar in het verkeer en vooral de laatste jaren neemt het aantal ongelukken toe waarbij oudere fietsers betrokken zijn.

ACTIVITEITEN

Daarom organiseert Doortrappen Groningen allerlei activiteiten voor senioren vanaf 60+ om veel en veilig te blijven fietsen. Bijvoorbeeld fietsactiviteiten en clinics waar je gratis aan mee kunt doen.

MIDDEN-GRONINGEN

Vanuit het programma Doortrappen worden in verschillende dorpen in Midden-Groningen activiteiten aangeboden. Zo zijn vorig jaar meerdere Doortrappen-fietsclinics georganiseerd. Ook konden mensen een proefrit maken op een driewielers. Verder kregen senioren handige tips over veilig fietsen en was er de mogelijkheid om gezellig met anderen te fietsen door het mooie Groningse landschap.

GROEPSTOCHTEN

Bovendien zijn er diverse Doortrapproutes uitgezet. Dit zijn mooie

fietsroutes met een lengte van 20-30 kilometer die uitgebreid zijn getest door ouderen. Je kunt de routes alleen fietsen, maar nog leuker is met een groepje. Dit kan bijvoorbeeld op 17 juni vanuit Harkstede, of op 24 juni vanuit Siddeburen. Op 1 juli is er een Doortraptocht vanuit Kolham.

Kijk voor meer informatie www.doortrappengroningen.nl.



DRIEWIELER EN DUOFIETS

Omdat de gemeente het belangrijk vindt dat ook ouderen die wat minder mobiel zijn blijven fietsen, is er naast een driewieler ook een DuoFiets beschikbaar voor inwoners.

Hiervoor is een fiets overhandigd aan Zorg@huis in Froombosch. Deze instantie gebruikt de fiets zelf voor bezoekers van de dagbesteding en leent in samenwerking met het sociaal team van de gemeente de fiets uit aan Midden-Groningers.

Een fiets reserveren? Dat kan! Driewieler: Team Sport & Beweging, Mike van Kleef, tel. 06-29419600 / Email: mike.vankleef@midden-groningen.nl. DuoFiets: tel. 06-52115206 of via de website www.zorg@huis.nl

WORD VRIJWILLIGER EN HELP MEE

Veel sportverenigingen zijn op zoek naar vrijwilligers die kunnen helpen met het onderhoud van de sportgebouwen en velden, het beheer van de sportkantine, de organisatie van activiteiten en bij het bestuur van de vereniging. Of je nu oud of jong bent en veel tijd hebt of juist erg druk bent; je kunt altijd iets doen wat goed bij je past.

Gemeente Midden-Groningen, Huis voor de Sport en Kwartier en Welzijn laten in een vrijwilligerscampagne zien hoe leuk vrijwilligerswerk is en roepen inwoners op ook iets te doen op het gebied van sport, cultuur of welzijn.

CAMPAGNE

Dit gebeurt onder andere met behulp van Tik Tok Tammo, lokale vrijwillige helden die al lang actief zijn en via sociale media en posters die overal zichtbaar zijn in onze gemeente. Voor organisaties op het gebied van sport, cultuur en welzijn zijn de posters, video's en andere documenten die handig zijn bij (de organisatie van) vrijwilligerswerk beschikbaar op de website: www.midden-groningen.nl/vrijwilligerscampagne.

HELP JIJ MEE?

Er is een groot tekort aan vrijwilligers die zo belangrijk zijn voor de organisatie van sportactiviteiten, culturele evenementen en welzijnsorganisaties. Help jij mee om het gebrek aan vrijwilligers te verkleinen? Hoe groot of klein je vrijwillige bijdrage ook is, het wordt enorm gewaardeerd! Kijk op www.midden-groningen.nl/vrijwilligerscampagne om te zien wat jij kunt doen!



VACATUREBANK

Diverse sportverenigingen in de gemeente Midden-Groningen zijn op zoek naar docenten, trainers en vrijwilligers. Ben jij of ken jij degene die een van deze vacatures kan vervullen? Neem contact op en maak je interesse kenbaar.

Vereniging:	Omloop 90
Zoekt:	Sportleid(st)er
Dag:	Donderdag
Tijden:	14.30-15.30 uur
Locatie:	Kalkwijkhal
Info:	Jacob Speelman speelman25@hotmail.com www.omloop90.com

Vereniging:	DFS
Zoekt:	bestuursleden
Info:	Tina Hofman tina_hofman55@hotmail.com www.dfs-hs.nl

Vereniging:	Zeilvereniging Schildmeer
Zoekt:	Vrijwilligers voor het ondersteunen bij wedstrijden, activiteiten en tijdens de Schildweek
Locatie:	Steendam
Info:	info@zeilverenigingschildmeer.nl

Vereniging:	VV Harkstede
Zoekt:	Lijntrekker
Dag:	In overleg te bepalen
Tijden:	2 uren per week
Locatie:	Harkstede
Info:	Jan.eising@vvharkstede.nl

TRIATHLON VOOR SENIOREN IN MIDDEN-GRONINGEN

Team Sport & Bewegen van de gemeente Midden-Groningen organiseert op 10, 11 en 12 juni een triathlon. Speciaal voor de doelgroep senioren. Ook mensen met een beperking zijn van harte welkom.

De triathlon is verdeeld over drie dagen en wordt op verschillende locaties gehouden. In Hoogezand, Slochteren en in Meeden. Er zijn meerdere disciplines. Zwemmen, Jeu de boules en fietsen en wandelen.

GEEN WEDSTRIJD

Alle deelnemers kunnen op het eigen niveau meedoen. Alles kan in het eigen tempo, zonder wedstrijdelement. Het plezier staat voorop. Een mooie uitdaging voor iedereen die van sporten en bewegen in de buitenlucht houdt.

10 JUNI

Op maandag 10 juni wordt er gezwommen in Sportcentrum de Kalkwijk in Hoogezand, zwembad De Tobbe in Slochteren of zwembad De Kolck in Meeden. Er kan worden gekozen uit twee afstanden: 250 of 500 meter.

Voor de mensen die niet willen of kunnen zwemmen, is er de mogelijkheid om te jeu de boules. Dit kan bij De Reenske

Compagnie in Hoogezand, De Houtstek in Slochteren of bij Tennisvereniging Tiolo in Meeden. Overigens mag men ook aan beide activiteiten deelnemen.

11 JUNI

Op de tweede dag, dinsdag 11 juni, wordt er gefietst. De startlocaties zijn Sportcentrum de Kalkwijk in Hoogezand, De Houtstek in Slochteren of bij Tennisvereniging Tiolo in Meeden. Gekozen kan worden uit twee afstanden: 25 of 40 kilometer.

12 JUNI

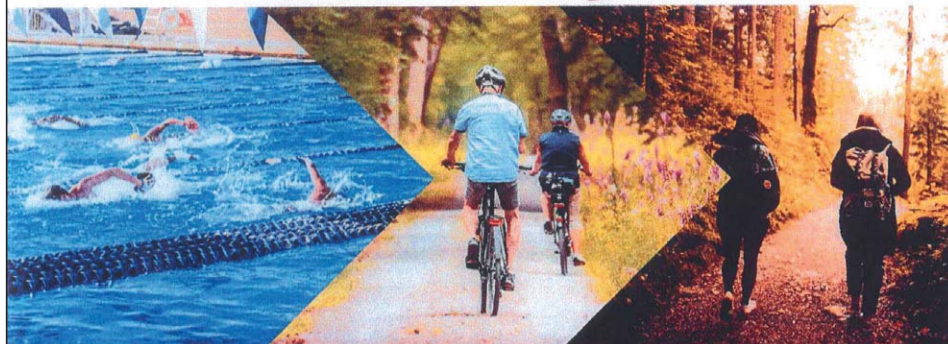
De afsluitende dag, 12 juni, is ingepland voor het wandelen. De afstanden zijn circa 3 en 6 kilometer. De startlocaties zijn dezelfde als bij het fietsen.

KOSTEN EN OPGAVE

Opgave kan via: buurtsportcoaches@midden-groningen.nl. Kosten voor deelname bedragen € 7,50 per persoon. Voor iedere deelnemer is er na afloop koffie of thee. Aanmelden kan tot uiterlijk 5 juni.

Sport & Bewegen
gemeente
Midden-Groningen

Triathlon
10, 11 en 12 juni 2024



PROGRAMMA TRIATHLON

MAANDAG 10 JUNI

10.00-11.00 uur Zwemmen in De Kalkwijk, De Tobbe of De Kolck.
Afstand: 250 of 500 meter.

13.00-14.00 uur: Jeu de boules bij De Reenske Compagnie, De Houtstek of Tennisvereniging Tioli, Meeden.

DINSDAG 11 JUNI

10.00-11.00 uur Start fietsen vanaf De Kalkwijk, De Houtstek of kantine Tennisvereniging Tiolo.
Afstanden: 25 of 40 kilometer

WOENSDAG 12 JUNI

10.00- 11.00 uur Start wandelen vanaf De Kalkwijk, De Houtstek of kantine Tennisvereniging Tiolo.
Afstanden: 3 of 6 kilometer.

30 JUNI: DAG VAN HET PARK

Op zondag 30 juni wordt weer de Dag van het Park georganiseerd. Een actieve doe- en beleefdag voor alle inwoners van de gemeente Midden-Groningen. Vol sportieve en culturele activiteiten, eten en drinken en veel gezelligheid.

De Dag van het Park is een jaarlijks terugkerend gratis festival met buitenactiviteiten voor jong en oud. In het Gorechtpark in Hoogezand presenteren allerlei verenigingen, instellingen, kunstenaars en muziekgroepen zich aan de duizenden bezoekers. Daarmee is het ook een ideale gelegenheid om kennis te maken met het sportieve en culturele aanbod in Midden-Groningen.

VAN ALLES TE BELEVEN

Ook dit jaar staat de Dag van het Park in het teken van ontspanning en plezier. Er is van alles te doen en te beleven. Je kunt je in het zweet werken tijdens sportieve activiteiten, muziek luisteren, iets met je handen doen, kennismaken met het aanbod in Midden-Groningen en iedereen en ontmoeten. Maar ook kijken en gewoon genieten; alles kan. Vele lokale organisaties verzorgen een boeiende middag voor jong en oud.

De Dag van het Park wordt gehouden op zondag 30 juni van 13:00 tot 17:00 uur in het Gorechtpark in Hoogezand. De toegang is gratis. Mail voor meer info: jan.blaauw@midden-groningen.nl.



Anne Kranenborg

Het sportplezier op de velden maakt mij trots en blij.

midden-groningen.nl/vrijwilligerswerk

Kom in beweging, op ontdekkingsstocht door gastvrij Groningen!

Er wordt in Nederland steeds meer gewandeld. Dat is ook niet zo gek, als je bedenkt hoe goed wandelen is voor je gezondheid. Maar los daarvan is (samen) wandelen ook erg leuk om te doen en kun je bovendien onderweg van alles beleven en ontdekken. Dat geldt zeker voor Groningen, waarbij via het Pronkjewailpad vele bijzondere highlights in de provincie aan elkaar worden verbonden. Met routes vanaf 15km tot meer dan 250km is er voor iedereen iets te kiezen.

PRONKJEWAILPAD HELE ROUTE

Elk jaar opent een nieuwe route met een verbindend typisch Gronings thema, bijvoorbeeld molens, kerken en landschappen. Zo leert de wandelaar Groningen steeds beter kennen en waarderen. In april 2024 is een compleet nieuwe Zuidroute geopend die volledig in het teken staat van de 'iconen van Groningen'. Zoals bijvoorbeeld W.A. Scholten, Fré Meis en Winkler Prins. Onderweg kom je deze iconen tegen en leer je ze beter kennen. Daarnaast verzamel je stickers en 'pronkjewails' bij tientallen gastvrije ondernemers en stempelposten op de route. Heb je de volledige route van 250 km uitgelopen, dan word je uitgenodigd voor een gezamenlijke afsluitende etappe, de Camino Groningen in november. Deze huldigingsetappe eindigt in de Martinikerk in de stad Groningen.



ETAPPE VAN DE MAAND OP DE ROUTE

Niet iedereen kan of wil (direct) een route van 250km lopen. Daarom is het ook mogelijk om een deel van de route te verkennen. Iedere maand wordt namelijk de Etappe van de Maand georganiseerd. Dit is een rondwandeling van ca 15km met dezelfde beleving en een goed bereikbare start- & finishlocatie. Het is bij uitstek de manier om kennis te maken met 'Gastvrij Groningen' en wandelen op het Pronkjewailpad. Wil je (eerst) een keer samen lopen? Doe dan

mee op een Openingsdag: iedere eerste zaterdag van de maand wordt er samen gestart om 10:00 uur vanaf de startlocatie. Meer informatie is te vinden via www.etappevandemaand.nl

OPENINGSTIJDEN

Het Pronkjewailpad is jaarlijks geopend van april tot en met oktober. De (meeste) stempelposten zijn geopend van donderdag t/m zondag tussen ±10:00-17:00 uur. Voor meer informatie en inschrijven kijk op www.pronkjewailpad.nl

Je bent van harte welkom in ons uitgebreide subtropisch zwem- en saunaparadijs dat geschikt is voor jong en oud.

Voor de echte waterratjes hebben wij een golfslagbad, de wildwaterkreek (stroomversnelling) en twee spectaculaire waterglijbanen. Terwijl de jonge bezoekers lekker spetteren en spelen in het peuterbad, ontspannen de volwassenen in onze sauna- en rustruimte. En dat alles voor één vast tarief.

Meer informatie op:
www.debonteweaver.nl/zwemparadijs

VOLOP WATERPRET + SAUNA EN RUISTRUIMTE + LOCKERS + DRANKJES VOOR ÉÉN VAST TARIEF!



Maak je dag helemaal compleet met een combinatie van zwemmen en heerlijk dineren of brunchen? Kijk hiervoor op de arrangementenpagina van het zwemparadijs via de QR-code.

GOLFLAGBAD | WHIRLPOOLS |
WILDWATERKREEK (STROOMVERSNELING) |
FINSE SAUNA | KELOSAUNA | PEUTERBAD |
TWEË GLIJBANEN | TURKS STOOBAD |
VOETENBADEN | DOUCHESTRAAT |
WARMTEBANKEN | INFRAROED BANKEN



TOUR '75 TRAPT RAP, FRIS EN FRUITIG DOOR

Nu de temperaturen stijgen wordt er in de gemeente Midden-Groningen weer overall gefietst. Niet alleen voor een relaxed en ontspannend tochtje, maar ook in groepsverband. De bekende en herkenbare tenues van Wielervereniging Tour '75 zijn weer veelvuldig te zien. Naast de trainingen door de week staat er iedere zondagochtend een rit op het programma.

Wielervereniging Tour '75 uit Hoogezand-Sappe meer houdt zich al bijna 50 jaar bezig met de recreatieve beoefening van de wielersport. Dus geen ellenlange etappes, onneembare cols of slopende tijdriften. "Maar," zegt secretaris Harry Buter: "toch kan het er bij ons aardig rap aan toegaan hoor. We fietsen in een pittig tempo, maar wél met plezier. Met elkaar en altijd onder het motto: 'samen uit, samen thuis'. Dat staat voorop!"

TWEE GROEPEN

Sinds maart zijn de leden weer actief op de weg. Iedere woensdagavond wordt er getraind en op zondagochtend staat er een mooie tocht op de agenda. "Meestal een rit van zo'n 80 à 90 kilometer," legt Buter uit. "Dat

doen we in twee groepen van circa 20 fietsers. De ene groep gaat wat sneller dan de andere. Op die manier is het voor iedereen goed te doen. En natuurlijk wordt er onderweg ook altijd gestopt voor koffie met gebak. Dat hoort er bij."



FLINK DOORGETRAPT

In het zomerseizoen traint een groep oudere leden ook op de vrijdagmiddag. "Daarnaast houden wij elke eerste zondag van de maand onze clubtocht," zegt Buter. "Dan maken we gezamenlijk een rit van ongeveer 100 kilometer. Ook doen we mee aan de

Noorderrondrit en fietsen op de langste dag van het jaar een tocht van ruim 150 kilometer. Er wordt dus flink doorgetrapt."

CLUBWEEKEND

Buiten de ritten in noordelijke provincies trekken de leden er ieder seizoen op uit voor het befaamde clubweekend. Zo werd al eens een trip naar Mallorca georganiseerd, een driedaagse in de Harz en diverse andere locaties aangedaan. Dit jaar is Duitsland de bestemming.

"We stappen in Hoogezand op de fiets en volgen de rivier de Ems naar het stadje Lingen. Daar bivakkeren we twee nachten en maken vervolgens nog een rit door die omgeving. Dat is het hoogtepunt van het jaar."

HELE JAAR ACTIEF

Het wegseizoen eindigt in september, maar ook daarna zit de vereniging bepaald niet stil. "Na de laatste tocht, eind september, start een deel van de leden over op de mountainbike. Dan gaat het winterseizoen in en zijn wij vooral in de bossen van Noord-Drenthe te vinden. Wat dat betreft zijn we dus hele jaar actief."

WELKOM

Tijdens het wegseizoen starten de trainingen en tochten altijd bij Sportcentrum De Kalkwijk in Hoogezand. Geïnteresseerden zijn van harte welkom om eens vrijblijvend mee te fietsen. Kijk voor meer informatie en aanmelden op www.tour75.nl.



HET BRUIST BIJ ZEILVERENIGING SCHILDMEER

Begin april is het watersportseizoen van start gegaan. En sindsdien is het ook bij Zeilvereniging Schildmeer in Steendam weer een drukte van belang. Met trainingen, wedstrijden en allerlei activiteiten. Bovendien worden er wekelijks proef- en zeillessen gegeven. Daarmee kan iedereen het zeilen zelf ervaren.

Dit geldt niet alleen voor volwassenen, maar zeker ook voor de jeugd. Zo namen op 14 en 28 april 30 kinderen met veel plezier deel aan een proeftraining. Vanaf mei starten ook de cursussen voor volwassenen.

ONTDEKKEN

"Bij ons kan iedereen vanaf 7 jaar leren zeilen," zegt bestuurslid en zeilinstructeur Sven Buikema. "Dat doen we op een leuke en laagdrempelige manier en onder begeleiding van gediplomeerde trainers. Je kunt dus echt het zeilen ontdekken, ook als je het nog nooit eerder hebt gedaan. Daarnaast is het plezier en de gezelligheid erg belangrijk. Afhankelijk van je ervaring, kun je ook deelnemen aan de cursus voor gevorderde of vergevorderde zeilers."

GROEI

Naast zeillessen voor jeugd en volwassenen organiseert Zeilvereniging Schildmeer ieder jaar de

Schildweek, clubwedstrijden en kampioenschappen. De vereniging is met circa 150 leden een van de grootste zeilclubs van Noord-Nederland en de groei zit er goed in. Steeds meer mensen ontdekken het zeilen. "In coronatijd zijn buitensporten populairder geworden," noemt Sven als één van de verklaringen.

"Daarnaast is het Schildmeer een ideale plek om te zeilen. Het is een open meer waar het vaak waait. En het is een van de weinige plekken waar je nog stilte kunt ervaren. Als je hier zeilt, hoor je alleen het kabbelen van de golfjes tegen de boot. Tegelijkertijd ben je actief bezig en ervaart een enorm gevoel van vrijheid. Dat geeft heel veel energie."

SCHILDWEEK

De Schildweek vormt het jaarlijkse hoogtepunt van de activiteiten van de vereniging. In 2024 staat de 78e editie op



de kalender van 19 tot en met 25 juli. "Dan varen ongeveer 75 zeilboten wedstrijden op het Schildmeer; een prachtig gezicht. De deelnemers komen uit heel Nederland en zelfs uit het buitenland. Naast de wedstrijden worden er ook gezellige randactiviteiten voor deelnemers en publiek georganiseerd."

VERBREDEDEN

Heel bijzonder was ook de Foil Cup, die in april werd georganiseerd in samenwerking met Surfcenter. "Dat was een groot

succes. Er kwamen 60 windsurfers en windfoilers uit het hele land op af. We denken er dan ook over na om het aanbod te verbreden."

INFORMATIE

De komende maanden staat het zeilen echter centraal. Evenals de lessen. Voor kinderen vanaf 7 jaar met een zwemdiploma zijn er de jeugdzeillessen op de vrijdagavond. Voor volwassenen is er de beginnerscursus op dinsdagavond. Kijk voor meer informatie op www.zeilverenigingschildmeer.nl.

DELFSAIL

Zeilen staat dit jaar extra in de aandacht vanwege DelfSail. Het maritieme evenement vindt plaats van 13 tot 16 juni in Delfzijl. Een onderdeel hiervan is het educatieve programma DelfSail Ahoi! Zeilvereniging Schildmeer is een van de partners om kinderen van 24 basisscholen te laten kennismaken met het zeilen.

Running fysiotherapie bij 't Stadshart

SPECIAAL VOOR ALLE HARDLOPERS!

Een blessure opgelopen bij het hardlopen? Beginnen met hardlopen maar je weet niet goed hoe? Of al langere tijd bezig en klaar voor de volgende stap? Dan is er de running fysiotherapeut die je verder helpt. Running fysiotherapie is een speciale vorm van fysiotherapie waarbij de behandeling gericht is op hardlopen. Onze running fysiotherapeut is gespecialiseerd in het behandelen van klachten en blessures veroorzaakt door hardlopen. Ook kun je terecht voor coaching en begeleiding.

VOOR WIE?

Running fysiotherapie is er voor iedere hardloper, zowel beginnende, gevorderde als ervaren hardlopers. Wil jij hardlopen voor een gezonde leefstijl of heb je sportieve doelen, dan kan de running fysiotherapeut helpen jouw doelen te behalen. Dit kan door hardloopbegeleiding op maat en gerichte adviezen op het gebied van hardlopen. En natuurlijk ook met het herstellen van een hardloopblessure.

HARDLOOPBEGELEIDING OP MAAT!

Bij de intake wordt jouw hulpvraag besproken en volgt een lichamelijke screening met hardlooptest om het huidige conditieniveau en hardloopsnelheid te bepalen. Met deze informatie wordt er vervolgens

samen met jou een persoonlijk hardloopschema gemaakt. Hoe lang en hoeveel je gaat trainen hangt af van jouw beschikbare tijd, huidige niveau en gestelde doelen.

HERSTELLEN VAN EEN HARDLOOPBLESSURE

Bijna iedere hardloper krijgt vroeg of laat te maken met een blessure. Bij hardlopen moet het lichaamsgewicht herhaaldelijk worden opgevangen en weer in beweging worden gebracht. Met name spieren en pezen in het been kunnen hierdoor overbelast raken. De running fysiotherapeut is bekend met de meest voorkomende hardloopblessures en kan door advies, behandelingen en alternatieve trainingen helpen bij het zorgen voor een voorspoedig herstel.

KOSTEN

Kosten voor (running) fysiotherapie voor behandeling van bijvoorbeeld blessures worden in de meeste gevallen volledig vergoed uit de aanvullende verzekering voor ziektekosten. Heb je dit niet of valt de begeleiding niet onder vergoeding vanuit de aanvullende verzekering dan zijn de kosten op aanvraag deze zijn dan toegespitst op jouw situatie.

WIE IS DE RUNNING FYSIOTHERAPEUT?

Ik ben Mark Huisman, 45 jaar, gecertificeerd running fysiotherapeut en zelf een fanatieke marathonloper (PR 2:46:05 en hopelijk sneller na de marathon van Rotterdam). In het verleden heb ik als sportwetenschapper gewerkt met topschaatsers en -coaches in Thialf Heerenveen.

Ben je nieuwsgierig geworden?

Meer informatie is te vinden op de website van 't Stadshart fysiotherapie onder behandelingen "hardlopen en running". Voor vragen of het maken van een afspraak, kan je contact opnemen met Mark Huisman via telefoonnummer **0598-351200** of een mailtje sturen naar huisman@stadshartfysio.nl

- fysiotherapie
- manuele therapie
- dry needling
- oedeemtherapie
- duizeligheidsbehandeling

Gorecht Oost 3
9603 AB Hoogezand
0598 351200
info@stadshartfysio.nl
www.stadshartfysio.nl



Wandelen
bij de
Fraeylemaborg

www.fraeylemaborg.nl

m
ridderbos
MAKELAARDIJ



ZORGT U VOOR DE KOFFIE?
DAN NEMEN WIJ IETS LEKKERS MEE.

Uw hypotheek, pensioen en verzekering goed geregeld!
Voor advies op maat komen wij graag bij u langs.

Aan- en verkoop woningen • Assurantiën • Pensioenen • Hypotheken

0598 - 635 092
ridderbosmakelaardij.nl

Adfz
Financieel Adviseur



HAAN
TOTAALBOUW

info@haantotaalbouw.nl
www.haantotaalbouw.nl

SPORTEN EN BEWEGEN MET EEN BEPERKING

ER KAN MEER DAN JE DENKT
IN MIDDEN-GRONINGEN

Als je een beperking hebt en graag wilt sporten en bewegen, kan er in Midden-Groningen meer dan je denkt of zou verwachten. Er zijn in de gemeente diverse verenigingen en aanbieders waar je terecht kunt voor aangepast sporten.

Zo biedt tennisclub Nohn in Sappemeer op de woensdagavond bijvoorbeeld G-tennis aan. Dit is tennis voor mensen die door verstandelijke beperking in de reguliere tennisles niet goed mee kunnen doen.

PLEZIER

Bij het G-tennis staat plezier en gezelligheid voorop. G-tennis is goed voor de motoriek en voor het verbeteren van de conditie. Daarnaast krijg je door de sport ook meer zelfvertrouwen en het is goed voor de persoonlijke ontwikkeling. Bij LTC Nohn is er een speciaal aanbod voor G-tennissers, maar sommige spelers doen ook mee aan de gewone racketavonden en toernooien.

ZWEMMEN EN VOETBAL

Ben jij op zoek naar een sportclub voor duiken en snorkelen? Dan ben je bij Dive Center New Atlantis aan het juiste adres! Op de locatie Zwembad De Kalkwijk staan ze klaar om jou te helpen

om in beweging te komen. En als je liever wilt voetballen, kun je bijvoorbeeld terecht bij HS'88. Iedere maandag zijn er trainingen voor G-voetballers.

Bij Stichting De Brug kun je zelfs meerdere sporten beoefenen. Bijvoorbeeld sport en spel, maar zeker ook zwemmen. De zwemmers van De Brug hebben in 2023 zelfs deelgenomen aan de Special Olympics World Games.

**LICHAMELIJKE BEPERKING**

Voor sporters met een lichamelijke beperking zijn er ook diverse mogelijkheden. Zoals de zwemclub voor gehandicapten in Hoogezand, waar je iedere woensdag kunt zwemmen in De Kalkwijk. Ben jij op zoek naar een sportclub voor medisch zwemmen? Dan ben je bij Reuma Patiënten Vereniging Groningen van harte welkom.



Voor rolstoeltennis kun je terecht bij Tennisvereniging De Stirum in Hoogezand. De binnen- en buitenbanen van het tennispark aan de Julianastraat zijn goed toegankelijk.

Voor sport en spel ben je bij Omloop '90 aan het goede adres. Dit is een vereniging voor mensen die als gevolg van een hartaandoening of een andere chronische aandoening niet meer terecht kunnen bij reguliere sportclubs. Bij Omloop '90 sport je onder begeleiding en met lotgenoten op een veilige en verantwoorde manier.

VIND JE SPORT

Dit is nog maar een klein deel van het aanbod. Want als je een beperking hebt en graag wilt sporten, is er in Midden-Groningen veel mogelijk. Een overzicht en meer informatie vind je op www.unieksporten.nl. Op de site staan ook handige links en gegevens van contactpersonen.

Kortom, wat je beperking of aandoening ook is; er is altijd een manier waarop jij kan sporten en bewegen. Vind jouw unieke sport, krijg advies, regel je eigen sport-hulpmiddel en kom in beweging. Thuis of op een club.

Voor meer informatie kun je ook contact opnemen met beweegcoach Leonie Bats. Mail: leonie.bats@midden-groningen.nl.

ONTDEK HET AANGEPAST
SPORTAANBOD IN
MIDDEN-GRONINGEN

SCAN DE
QR-CODE

UITLEENSERVICE
UNIEK SPORTEN

Heb je een beperking en ben je benieuwd of een sport bij je past? Via Uniek Sporten Uitleen kun je gratis een sport-hulpmiddel uitproberen voor maximaal 4 maanden.

Van een tennisrolstoel tot handbike; via onze partner Welzorg is van alles mogelijk. Doordat je kunt kiezen uit een breed aanbod, kun je uiteindelijk de sport beoefenen die het best bij je past.

Daarnaast is Uniek Sporten Uitleen meer dan een uitleenservice. Je krijgt namelijk ook advies over het sporthulpmiddel en het gebruik ervan. Het hulpmiddel wordt persoonlijk aangepast en afgesteld op je wensen. En tijdens de uitleenperiode is technische service en onderhoud beschikbaar.

WAT ZIJN DE VOORDELEN?

- Het is gratis, je zit nergens aan vast;
- Meerdere sporten uitproberen;
- Snel starten met sporten en bewegen;
- Levering van het sporthulpmiddel thuis of op de sportlocatie;
- Direct een eigen sporthulpmiddel aanschaffen via www.unieksporten.nl/hulpmiddelen.

Voor meer informatie kan contact worden opgenomen met beweegcoach Leonie Bats. Mail: leonie.bats@midden-groningen.nl.



SPORT IS VOOR IEDEEREEN

De gemeente Midden-Groningen vindt dat sport en bewegen voor iedereen mogelijk en toegankelijk moet zijn. Dus ook voor mensen met een beperking. Want Sport is belangrijk voor iedereen. Niet alleen omdat het gezond is, maar ook omdat sport verbindt!

Heb je een beperking en wil je graag sporten of bewegen? Dan kun je in Midden-Groningen terecht bij Leonie Bats, sportcoach van de gemeente Midden-Groningen. Zij helpt je graag verder en een antwoord is nooit ver weg.

DREPELS WEG

De sportcoach is er voor iedereen met een lichamelijke of verstandelijke beperking die graag wil sporten. Hieronder vallen ook mensen met een visuele of auditieve beperking. Leonie helpt je bij het zoeken naar een sportaanbieder bij jou in de buurt. Ook verenigingen en sportaanbieders die aangepast sporten willen aanbieden, kunnen terecht bij de beweegcoach.

**UNIEK SPORTEN**

Leonie is eveneens verbonden aan Uniek Sporten. Een online platform voor aangepast sporten dat vraag en aanbod van gehandicapten sport per regio in kaart brengt. Mensen met een lichamelijke of geestelijke beperking kunnen via Uniek Sporten geholpen worden een geschikte sport te vinden in eigen regio.

WEBSITE

Ben je op zoek naar een leuke sport? Kijk dan op de website: www.unieksporten.nl. Op de site kun je gericht zoeken naar het aangepast sport- en beweeg-aanbod in

Midden-Groningen. Ook vind je een overzicht van alle verenigingen die aangepaste sporten aanbieden. Daarnaast kun je bij Uniek Sporten ook terecht voor informatie over sportaccommodaties, het vinden van een sportmaatje, tips over vervoer, vrijwilligers en financiële middelen.

Uniek Sporten is een initiatief van Fonds Gehandicapten sport. Meer informatie vind je op: www.unieksporten.nl. Of stuur een email naar leonie.bats@midden-groningen.nl.



P
PADELCLUB
NEDERLAND

DÉ PLEK
VOOR INDOOR
PADEL!

VIER INDOOR PADELBANEN!

- ✓ SPEEL AL VANAF € 6,25 P.P.
- ✓ RESERVEER VIA PLAYTOMIC
- ✓ MAKKELIJK BEREIKBAAR, AAN DE A7

GEVESTIGD BIJ VAN DER VALK HOTEL ZUIDBROEK
BURGEMEESTER OMTAWEG 4, ZUIDBROEK
WWW.PADELCLUBNEDERLAND.NL



Heb je zin om er even
uit te gaan, in contact te
komen met mensen uit
de buurt en een mooie
middag te beleven in het
Groninger Museum?

Meld je dan aan voor het
shuttlebus-programma!

www.groningermuseum.nl/museumshuttle

GRONINGER MUSEUM



Ministerie van Onderwijs, Cultuur en
Wetenschap



Jopie Jong
de Woonspecialist

NU ACTIE:
Extra scherpe prijs
op 3 standaard
breedtematen
(4,5 | 5 | 5,5 m)

Nu ook voor al uw
buitenzonwering!

Met een knikarmscherm of terrasscherm van SunCircle koopt u een schaduwrijk moment wanneer het u uitkomt.
Met een knikarmscherm, ook wel terras- of zonnenscherm genoemd wordt spelen met de zon een buitengewone ervaring.

Maatwerk zonwering uit Nederlandse fabriek tot 7 jaar garantie | **VRAAG NU EEN VRIJBLIJVENDE OFFERTE AAN**

Noorderstraat 139 | 9611 AC Sappemeer | Tel 0598 - 394 831 | www.jopiejong.nl

NAAST BADMINTON NU OOK PICKLEBALL BIJ BAHOSA

Na Amerika en Engeland is Pickleball hard op weg om ook Nederland te veroveren. De sport groeit razendsnel en wordt op steeds meer plekken gespeeld. Sinds eind maart ook in Hoogezand bij badmintonclub Bahosa. Iedereen die het wil proberen, is elke donderdagavond welkom in De Kalkwijkhal.

Pickleball is een mix tussen tennis, badminton en tafeltennis. Het wordt gespeeld met paddles en een geperforeerde plastic bal. Het veld is hetzelfde als bij het dubbelspel van badminton, maar het net hangt op tennishoogte. Dit maakt de sport voor iedereen toegankelijk en tegelijkertijd lekker snel en dynamisch.

BAHOSA

In Hoogezand wordt Pickleball nu ook aangeboden bij badmintonclub Bahosa. Iedere dinsdagmiddag en -avond zijn de badmintonners van de club actief in Sportcentrum De Kalkwijk. Sinds kort wordt er op de donderdagavond ook geplekked.

BEVALT GOED

De vereniging startte met het initiatief na enkele succesvolle introductieavonden. "We zijn er

eind maart mee begonnen en het bevalt het erg goed," zegt George Kerdijk, voorzitter van Bahosa. "Wij gebruiken onze eigen netten, maar die hangen we lager op, zoals bij tennis. Het is een dynamisch en snel spel, maar je loopt wat minder. Daardoor is het ook als je iets ouder bent goed vol te houden."

NIEUWE SPELERS

De vereniging heeft de materialen in bruikleen van Pickleball

Nederland. "We zijn begonnen met 12 spelers, maar er komen iedere week nieuwe mensen bij. Mede doordat we een heel enthousiaste trainer hebben," weet Kerdijk. "Daarom wordt er nu al op vier banen gespeeld. Overigens puur recreatief, dus of je goed of slecht bent, maakt niet uit. Het gaat erom dat je plezier hebt en in beweging bent. En als er nog meer mensen aansluiten huren we er een baan of een uurtje bij."



MOOIE AANVULLING

Kerdijk ziet mogelijkheden in Pickleball. "Het is een mooie aanvulling op het sportaanbod in de gemeente. Ik heb al bij de buurt-sportcoaches aangegeven dat we heel makkelijk op meerdere plekken proeflessen kunnen aanbieden. Je kunt het zelfs buiten spelen en ook voor de jeugd is het een leuk spelletje. Je moet een beetje balgevoel hebben en je kunt natuurlijk zo fanatiek spelen als je zelf wilt."

KENNISMAKEN

Iedereen die de sport wil uitproberen, is elke donderdagavond van 20:00 tot 21:30 uur welkom

in De Kalkwijkhal. "Man of vrouw, jong en oud; iedereen kan het leren," benadrukt Kerdijk. "Je hebt verder niks nodig. Alleen sportkleding en sportschoenen. Wij zorgen voor de materialen en onze trainer helpt je graag verder."

De proeflessen zijn geheel vrijblijvend. En als het bevalt, kunnen spelers aansluiten bij Bahosa. "Natuurlijk vind ik het fijn als mensen bij onze vereniging komen sporten. Maar iedereen moet de sport kiezen die bij hem of haar past. Je moet er plezier in hebben, dan hou je het ook vol."

DANSDROMEN KOMEN UIT BIJ THE LEGACY

'DANSEN ZIT VAN NATURE IN MENSEN'

Dansen is populair bij de jeugd, zowel bij meisjes als jongens. En in de gemeente Midden-Groningen wordt dat op hoog niveau gedaan. Zo werd het demodansteam The Extreme Legends uit Hoogezand in 2023 Nederlands kampioen in de divisie Hiphop Rules. Ook werd het team Sportploeg 2023 van Midden-Groningen.

Het team is verbonden aan dansschool The Legacy, die op zes locaties in de provincie les geeft. In Hoogezand op maandag, woensdag en vrijdag in de Europahal. Zo'n 120 kinderen vanaf 5 jaar zijn daar wekelijks te vinden. Wie talent heeft kan het ver schoppen. Maar ook recreatief dansen behoort tot de mogelijkheden.

ZIT IN MENSEN

Zacharias Douma is verantwoordelijk voor de organisatie van de dansschool. Hij weet als geen ander waarom dansen zo populair is. "Dansen zit van nature in mensen. En als je er les in krijgt en steeds beter wordt, is dat heel goed voor het zelfvertrouwen. Dat horen we ook terug

van ouders. Je werkt aan je uitstraling, leert je presenteren en ook hoe je je emoties kunt uiten door je lichaam en mimiek. Het is supermooi om dat aan kinderen en jongeren mee te kunnen geven."

WEDSTRIJDEN

Veel kinderen bij de dansschool doen ook mee aan wedstrijden. "Het hoeft niet, maar ze vinden het vooral leuk. Ze willen laten zien waar ze voor getraind hebben. En zo'n wedstrijddag is ook een leuke dag weg met elkaar. We stimuleren hen om het beste uit zichzelf te halen. Dit betekent ook dat wij verwachten dat zij iedere week op de training komen. En hoe hoger het niveau, hoe strikter we daarin zijn."



GEEN RESERVESPELERS

Bij wedstrijden worden vaak dansacts uitgevoerd die speciaal voor de teams worden gecreëerd. "We hebben geen reservespelers op de bank zoals bij voetbal. Iedereen heeft zijn eigen positie. Soms trainen de teams vlak voor een wedstrijd nog extra. Het vraagt best veel, ook van de ouders. De wedstrijden zijn vaak in het midden of het zuiden van het land en de grote kampioenschappen zelfs in het buitenland."

CROWDFUNDING

Ook moet er steeds nieuwe kleding worden aangeschaft. "Daarom organiseren we met de verschillende teams crowdfunding-acties als er een grote wedstrijd aankomt. Op gofundme lopen nu inzamelingsacties voor de dansers van The Extreme Legends uit Hoogezand. Dit om hun reis- en verblijfkosten voor de Europese en Wereldkampioenschappen te dekken. En ze verzinnen zelf ook manieren om geld in te zamelen."

MEEDOENFONDS

Iedereen die wil dansen, kan terecht bij de dansschool. "We proberen het zo laagdrempelig mogelijk te houden. Daarom zijn we heel blij met het Meedoenfonds van de gemeente. Daardoor heeft iedereen de mogelijkheid om te dansen. En als je het eens wilt proberen, ben je van harte welkom voor een gratis proefles."

www.dansschoolthelegacy.nl

ONTDEK EN ERVAAR MIDDEN-GRONINGEN

Midden-Groningen is prachtig, uitdagend en verrassend. Overal in de gemeente vind je mooie plekjes en verborgen pareltjes. Zelfs waar je het niet zou verwachten. Plaatsen waar je kunt genieten van de natuur, waar historie tot leven komt en je bijzondere dingen ontdekt.



Nu het fiets-, wandel en vaarseizoen weer is begonnen, is het extra leuk om de gemeente te (her)ontdekken en je te laten verrassen. Dit kan bijvoorbeeld met een bezoek aan een borg, een molen of een oude kerk.

Het lijkt zo vanzelfsprekend dat ze er zijn. Maar er gaat een lange geschiedenis van bewoning of gebruik, soms verval en restauratie aan vooraf. Er is gelukkig veel behouden gebleven in Midden-Groningen.

FIETSEN, VAREN, WANDELEN

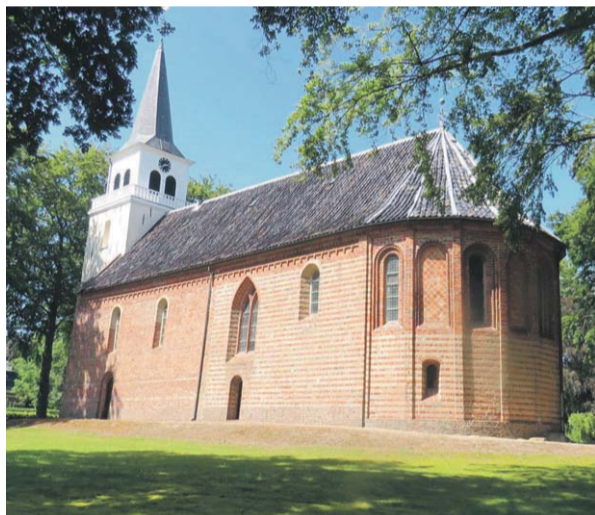
Daarom heeft Marketing Midden-Groningen een aantal mooie routes uitgezet. Op de fiets kun je de mooiste kerken ontdekken, of van de ene molen naar de ander toeren. Wandel je liever, ga dan voor Ommetje of volg een mooie route. En als je Midden-Groningen vanaf het water wilt ervaren, kan dat bijvoorbeeld prachtig in Kiel-Windeweer. Stap in de kano of fluisterboot en vaar door het mooiste veenkoloniale lintdorp van Groningen.

ROUTES

Deze routes kun je vinden in een handig boekje dat verkrijgbaar is bij Marketing Midden-Groningen,

Hoofdweg 88a in Slochteren. Maar de routes zijn ook te downloaden via je pc, tablet of smartphone.

Wil je meer informatie of inspiratie? Kijk dan op www.ontdekmiddengroningen.nl.



LANGS DE MOOISTE KERKEN

De een noemt ze bakens van stilte, rust en bezinning. De ander roemt de robuuste uitstraling. En weer een ander stelt dat ze samen één groot museum zijn. Feit is dat in bijna ieder dorp in Midden-Groningen wel een prachtige kerk staat.

En niet alleen de kerken zijn befaamd, ook sommige orgels zijn wereldberoemd. Zoals het Arp Schnitgerorgel in Noordbroek. Loop als het kan vooral even naar binnen om te genieten van de stilte, de muurschilderingen of exposities.

De Kerkenroute Midden-Groningen volgt

grotendeels de fietsknooppunten, maar soms is een ander stukje net even mooier. De route van Harkstede naar Schildwolde loopt door natuurgebied 't Roegwold. Hier ervaar je de stilte en ruimte van de natuur.

STARTPUNTEN

Kerk Noordbroek, Van der Valk Zuidbroek of Hotel Faber Hoogezand. De lengte van deze route is 52 kilometer.

DOWNLOAD DE ROUTE
SCAN DE QR-CODE



ODE AAN DE MOLEN

Nederland en molens: ze horen bij elkaar. Deze route brengt je langs acht mooie polder- en korenmolens.

Zeker in het weekend draaien ze regelmatig en kun je binnen een kijkje nemen. Even buiten Slochteren lijkt het wel klein Kinderdijk! Aan de Groenedijk staan drie poldermolens vlak bij elkaar, bedoeld om het land droog te malen. Daarna gaat de tocht via natuurgebied 't Roegwold naar Harkstede.

Onder in de molen van Kolham wacht een verrassing: het gezellige retro-winkeltje Jomilly, met



woonaccessoires, speelgoed én een Rustpunt. In Noordbroek staan twee molens, en ook de kerk is door de muur- en plafondschilderingen een bezoekje waard.

STARTPUNTEN

Haven Slochteren, Fraeylemaborg Slochteren of de parkeerplaats achter de kerk in Noordbroek. De lengte van deze route is 47 kilometer.

VAREN (OF FIETSEN) DOOR DE VEENKOLONIËN

Kaarsrecht doorsnijdt het Kioldiep beschermd dorpsgezicht Kiel-Windeweer. Een goed bewaard gebleven veenkoloniaal dorp, waar vroeger turf en aardappelen op de

scheepen werden geladen. Het Kioldiep is daarmee het perfecte startpunt voor een mooie vaar- of fietstocht door de veenkoloniën. Van Kiel-Windeweer naar het Zuidlaardermeer.

Kiel-Windeweer is een prachtig beschermd dorpsgezicht. Hier zie je de veenkoloniale opzet van het dorp nog in volle glorie terug. Met historische bruggetjes en veel boerderijen langs het water. Je vaart of fietst

naar het Zuidlaardermeer. Stap in de kano of fluisterboot en beleef de historie vanaf het water.

STARTPUNT

Peddel en zo, Pieter Venemakade 213 Kiel-Windeweer. De lengte van deze route is 20 of 27 kilometer. Fietsen of wandelen kan ook.



DOWNLOAD DE ROUTE
SCAN DE QR-CODE





Last van ernstig overgewicht?

Met een operatie en onze begeleiding pakt u het aan!

Gratis voorlichting

Kijk op onze website

Scan de QR code



De Nederlandse Obesitas Kliniek in Hoogeveen geeft regelmatig voorlichting over de (operatieve) behandeling van obesitas (ernstig overgewicht). Onze collega's geven informatie over het leefstijltraject en de verschillende

operaties. Natuurlijk is het mogelijk om uw vragen te stellen. De voorlichting is bedoeld voor mensen met obesitas, hun naasten en andere belangstellenden.

Kijk op obesitaskliniek.nl/agenda voor onze gratis voorlichtingen. Hier kunt u zich ook direct aanmelden.

Heeft u vragen?

Bel dan naar 0528 - 74 55 00 of stuur een e-mail aan info-hoogeveen@obesitaskliniek.nl

NEDERLANDSE
OBESITAS
KLINIEK

Samen maken we het verschil voor de leerlingen op onze scholen!

Ultiem Onderwijs heeft elf scholen voor openbaar primair onderwijs in Hoogezand, Slochteren en omgeving.

We bieden goed onderwijs, wat past bij onze leerlingen en zien de talenten van ieder individueel kind.

We trekken als scholen samen op en hebben tegelijkertijd oog voor de unieke kenmerken van elke school.

Meer info: www.ultiemonderwijs.nl

Punt-West



Kindcentrum Duurswold



MFA De Borgstee



Kindcentrum 't Heidemeer



Kindcentrum Zuiderkroon



Kindcentrum Kolham



Kindcentrum Vosholen



Kindcentrum De Ontdekking



MFC Foxhol



obs W.A. Scholtenschool

OBS Walstraschool



Taalschool Midden-Groningen



Stichting Ultiem



www.ultiemonderwijs.nl