

| Overzicht | Activiteit | Aanbieder | Leeftijd | Datum | Tijd | Locatie | Contactgegevens | Aanmelden? | Opmerking |
|------------------|--|-------------------------------------|--|----------------------------------|--|--|---|----------------------|-----------------------|
| Emmeloord | | | | | | | | | |
| 1. | Fietsen | Vrouwen van NU | 19-65+ | 20 sept. | 13.00-±16.00 | Parkeerplaats Dr. Jansen Centrum, Urkerweg 1 | Ella Sloots-Vorenkamp e. sloots.n@kpnplanet.nl | Vooraf aanmelden | |
| 2. | MMA | Victory Fight Academy | 13-60 13-60 13-60 | 18 sept. 20 sept. 22 sept. | 18.00-19.00 18.00-19.00 19.00-20.00 | Victory Fight Academy, Escudo 3a | Richard van der Heijden t. 06-15486128 e. info@victoryfightacademy.nl | Vooraf aanmelden | 3x gratis kennismaken |
| 3. | Grappling | Victory Fight Academy | 13-60 13-60 | 20 sept. 22 sept. | 19.00-20.15 18.00-19.00 | Victory Fight Academy, Escudo 3a | Richard van der Heijden t. 06-15486128 e. info@victoryfightacademy.nl | Vooraf aanmelden | 3x gratis kennismaken |
| 4. | Worstelen | Victory Fight Academy | 13-60 | 18 sept. | 19.00-20.15 | Victory Fight Academy, Escudo 3a | Richard van der Heijden t. 06-15486128 e. info@victoryfightacademy.nl | Vooraf aanmelden | 3x gratis kennismaken |
| 5. | Fitness, Groepslessen en en Richochet | B-Active | 13-65+ | 18 t/m 24 | Zie website https://b-active.nu/ | B-Active, Bouwerskamp 21 | Dennis de Wit t. 0527-616061 e. info@butzelaar.nl | Vooraf aanmelden | |
| 6. | Judo | B-Active | Kinderen 6-8 Kinderen 9-12 13-65 | 20 sept. 20 sept. 20 sept. | 17.15-18.00 18.00-19.00 19.30-20.45 | B-Active, Bouwerskamp 21 | Dennis de Wit t. 0527-616061 e. info@butzelaar.nl | Vooraf aanmelden | |
| 7. | Voetbal | SC Emmeloord | 5-64 | 18 t/m 24 | Zie website https://www.scemmeloord.nl/ | SC Emmeloord, | Kenneth Olaer e. info@scemmeloord.nl | Vooraf aanmelden | |
| 8. | Korfbal - Old Stars | KV Emmeloord | 55+ | 19 sept. | 09.30-10.00 Inloop 10.00-11.00 Training 11.00-11.30 Koffie/thee | KV Emmeloord, Sportlaan 87D | Irma Profijt t. 06-20207191 e. ikwilkorfballen@kvemmeloord.nl | Aanmelden niet nodig | |
| 9. | Korfbal - Fit45 | KV Emmeloord | 19-64 | 21 sept. | 19.15-20.00 | KV Emmeloord, Sportlaan 87D | Oene Venema t. 06-53263767 e. ikwilkorfballen@kvemmeloord.nl | Aanmelden niet nodig | |
| 10. | Peuter- Kleuter Kangoeroe korfbal | KV Emmeloord | 3-7 | 16 sept. | 10.00-11.00 | KV Emmeloord, Sportlaan 87D | Marit Schwering t. 06-20974653 e. ikwilkorfballen@kvemmeloord.nl | Vooraf aanmelden | |
| 11. | Twirling | FlevoTwirling | 6-18 | 18 sept. | 17.30-18.30 | Gymzaal De Zeevaarder, Skagerak 3 | e. voorzitter@flevotwirling.nl | Aanmelden niet nodig | |
| 12. | Tai Chi Tao | Marien Gruter en Annemarie Sneep | 65+ | 19 sept. | 10.00-11.00, inloop 09.45 | Buurtuis de Erven, Amstelland 2 | Marien Gruter en Annemarie Sr e. taichitaemmeloord@gmail.com | Vooraf aanmelden | |
| 13. | Pilates | Hannah's Bewegingslessen | 40-65+ 40-65+ | 19 sept. 20 sept. | 09.30-10.30 16.00-17.00 19.00-20.00 | De Fontein, Wilgenlaan 4 De Lichtboei, Scheer 1 | Hannah Osorio t. 06-45098665 Hannah Osorio t. 06-45098665 | Vooraf aanmelden | 3x gratis kennismaken |
| 14. | Stoel pilates | Hannah's Bewegingslessen | 60+ | 21 sept. | 09.30-10.30 | De Fontein, Wilgenlaan 4 | Hannah Osorio t. 06-45098665 | Vooraf aanmelden | 3x gratis kennismaken |

| | | | | | | | | | |
|-----|---------------------------|--------------------------------|-----------------|---------------|-----------------------------------|---|----------------------------------|-------------------------------|---|
| 15. | Sportief wandelen | AV NOP | 55+ | 18 sept. | 15.00-16.15 | AV NOP, Banterweg 3C | Paula Snellink | Aanmelden niet no kennismaken | 3x gratis |
| | | | 55+ | 19 sept. | 09.00-10.15 | | t. 06-23272799 | | |
| | | | 55+ | 22 sept. | 09.00-10.15 | | e. reneenpaula@outlook.com | | |
| 16. | Recreatief hardlopen | AV NOP | 55+ | 18 sept. | 13.30-14.30 | AV NOP, Banterweg 3C | Paula Snellink | Aanmelden niet no kennismaken | 3x gratis |
| | | | | | | | t. 06-23272799 | | |
| | | | | | | | e. reneenpaula@outlook.com | | |
| 17. | Looptraining | AVNOP | 13 t/m 15 jaar | Elke maand | 16:45-17:45 | AV NOP, Banterweg 3C | Agnes Olgers | Aanmelden gewenst | |
| | | | 16 t/m 20 jaar | Elke maand | ma: 17:45-18:45 & do: 18:00-19:00 | | e. agnesolgers@gmail.com | | |
| 18. | Algemene training | AVNOP | 16 t/m 20 jaar | Elke maand | 19:00-20:30 | AV NOP, Banterweg 3C | Agnes Olgers | Aanmelden gewenst | |
| | | | 13 t/m 20 jaar | Elke woensdag | 19:00-20:30 | | e. agnesolgers@gmail.com | | |
| | | | 13 t/m 18 jaar | Elke vrijdag | 19:00-20:30 | | Agnes Olgers | Aanmelden gewenst | |
| 19. | Hordetraining | AVNOP | 13 t/m 15 jaar | Elke dinsdag | 16:45-17:45 | AV NOP, Banterweg 3C | e. agnesolgers@gmail.com | | |
| | | | 16 t/m 20 jaar | | 17:45-18:45 | | | | |
| 20. | Recreante loopgroep | AVNOP | Alle leeftijden | Elke dondag | 19:30-21:00 | AV NOP, Banterweg 3C | Agnes Olgers | Aanmelden gewenst | |
| | | | | | | | e. agnesolgers@gmail.com | | |
| 21. | Recreatieve loopgroep | AVNOP | Alle leeftijden | Dinsdag | 19:15-20:30 | AV NOP, Banterweg 3C | Agnes Olgers | Aanmelden gewenst | |
| | | | | Woensdag | 19:30-20:45 | | e. agnesolgers@gmail.com | | |
| | | | | Zaterdag | 8:30-9:45 | | | | |
| 22. | Vitaal oefenprogramma | Elske Feenstra | 55+ | 18 sept. | 20.00-21.00 | Gymzaal Zonnebloemschool, Geneveplein 1 | Elske Feenstra | Vooraf aanmelden | 1x gratis kennismaken, 2e + 3e les (2 en 9 oktober): €5,- voor beide lessen samen |
| | | | | | | | t. 06-57272173 | | |
| | | | | | | | e. beterbewegen@outlook.com | | |
| 23. | Jeu de Boules | The Flying Boules | 19-65+ | 18 sept. | 10.00-11.30 | ATC/The Flying Boules, Sportlaan 87A | Jaap Rebel | Vooraf aanmelden | Oefen boules zijn aanwezig |
| | | | 19-65+ | 19 sept. | 13.30-15.00 | | e. info@the-flying-boules.nl | | |
| | | | | | 19.00-20.30 | | | | |
| 24. | Sport en Spel | Marianne van Maanen | 65+ | 19 sept. | 19.30-20.30 | Gymzaal Pampuspad, Pampuspad 47 | Marianne van Maanen | Vooraf aanmelden | |
| | | | | | | | e. mariannevanmaanen@hotmail.com | | |
| 25. | Rollator wandelen | | 65+ | 20 sept. | 10.00-11.30 | Carrefour, Harmen Visserplein 6 | Sjoukje Franke | Aanmelden niet no rekening | Onderweg koffie/thee (voor eigen) |
| | | | | | | | t. 06-55076194 | | |
| 26. | Meer bewegen voor ouderen | Marry van der Sar | 65+ | 21 sept. | 15.30-16.30 | Gymzaal Erven-West, Espelerlaan 71 | Marry van der Sar | Vooraf aanmelden | |
| | | | | | | | t. 0527-651501 | | |
| | | | | | | | e. m.vdsar@planet.nl | | |
| 27. | Sport en Spel | Marry van der Sar | 65+ | 21 sept. | 16.30-17.30 | Gymzaal Erven-West, Espelerlaan 71 | Marry van der Sar | Vooraf aanmelden | |
| | | | | | | | t. 0527-651501 | | |
| | | | | | | | e. m.vdsar@planet.nl | | |
| 28. | Biljarten | Biljartvereniging De Ghesellen | 19-65+ | 18 t/m 23 | vanaf 13.00-17.00 | Biljartvereniging de Ghesellen, Wilgenlaan 18 | Sim Spit | Vooraf aanmelden | 2x gratis kennismaken |
| | | | | | | | t. 06-53555432 | | |
| | | | | | | | e. simspit@ziggo.nl | | |

| | | | | | | | | | |
|---------------|---|------------------------------|-------------------|------------|--------------|---|--|---|--|
| 29. | Zhineng Qigong | Alda Boerema | 19-65+ | Let op! 25 | 13.30-14.45 | MFC Nieuwe Jeruzalemkerk, Cornelis Dirkszplein 10 | Alda Boerema t. 0527-201886 | 2x gratis Aanmelden gewens kennismaken | |
| 30. | Functional Training (corekracht- en conditie) | Time 2 Move | 13-65+ | 19 sept. | 20.00-21.00 | ATC Emelwerth, Sportlaan 87A | Marlijn Borgijink e. info@t2mft.nl | In sept. gratis Aanmelden gewens kennismaken | |
| 31. | Functional Training (looptraining; interval- en duur) | Time 2 Move | 13-65+ | 16 en 23 s | 09.00-10.00 | ATC Emelwerth, Sportlaan 87A | Marlijn Borgijink e. info@t2mft.nl | In sept. gratis Aanmelden gewens kennismaken | |
| 32. | Wandelen | Time 2 Move | 13-65+ | 16 en 23 s | 09.00-10.00 | ATC Emelwerth, Sportlaan 87A | Marlijn Borgijink e. info@t2mft.nl | In sept. gratis Aanmelden gewens kennismaken | |
| 33. | Fit in het Bos | SC Emmeloord | 50-65+ | 21 sept. | 13.45-15.00 | Kantine SC Emmeloord, Espelerlaan 84 | Ancika Jansen t. 06-48378784 | 3x gratis Aanmelden gewens kennismaken | |
| 34. | Turnen en Gymnastiek | TGV Emmeloord | Jongens 6-8 jaar | 21 sept. | 16:00-17:00 | Gymzaal de Skagerak, Skagerak 9 | Ilse Kapitein-De Vries | Aanmelden gewens | |
| | | | Jongens 9-11 jaar | 21 sept. | 17:00-18:00 | Gymzaal de Skagerak, Skagerak 9 | ilsekapiteindevries@gmail.com | | |
| | | | Kleuters | 22 sept. | 16:00-16:45 | Gymzaal Pampuspad, Pampuspad 47 | | | |
| | | | Meisjes 6-8 jaar | 22 sept. | 17:00-18:00 | Gymzaal Pampuspad, Pampuspad 47 | | | |
| | | | Meisjes 9-12 jaar | 22 sept. | 18:00-19:00 | Gymzaal Pampuspad, Pampuspad 47 | | | |
| Ens | | | | | | | | | |
| 35. | Badminton | FlyUp Ens | 10-18 | 21 sept. | 19.30-±20.30 | Sporthal Evert van Benthem, E.P. Seidelstraat 2 | Marjan Oort t. 06-52335878 e. marjan1984@hotmail.com | 3x gratis Aanmelden gewens kennismaken | |
| | | | 10-65+ | 21 sept. | 20.00-±22.00 | | | | |
| 36. | Gym/Turnen | SV Ens Gym | 3-6 | 18 sept. | 15.00-15.45 | Sporthal Evert van Benthem, E. P. Seidelstraat 2 | Alfred Mannes t. 06-11454616 e. ledenadministratie@svens-gym.nl | Aanmelden niet nodig | |
| | | | 7-13 | 18 sept. | 15.45-17.00 | | | | |
| 37. | Freerunning | SV Ens Gym | 6-13 | 18 sept. | 17.00-18.00 | Sporthal Evert van Benthem, E. P. Seidelstraat 2 | Alfred Mannes t. 06-11454616 e. ledenadministratie@svens-gym.nl | Aanmelden niet nodig | |
| 38. | BoksFit | SV Ens Gym | 8-13 | 19 sept. | 18.30-19.15 | Sporthal Evert van Benthem, E. P. Seidelstraat 2 | Alfred Mannes t. 06-11454616 e. ledenadministratie@svens-gym.nl | Aanmelden niet nodig | |
| | | | 13-65+ | 19 sept. | 19.30-20.30 | | | | |
| Rutten | | | | | | | | | |
| 39. | Biljarten | Biljartvereniging Rutten '76 | | 23 sept. | 14:00-18:00 | Het Klavier, Sportweg 52A | André van Aart t. 0613931369 e. vanaart@carxpert.nl | Opendag incl. Aanmelden niet no 2x koffie/thee | |
| 40. | Voetbal | RKO | 5-12 | Let op! 29 | 15:30-15:30 | Sportpark de Treffer, Sportweg 52A | Leonie Overgoor e. secretariaat-rko@outlook.com | Aanmelden niet nodig | |
| Nagele | | | | | | | | | |
| 41. | Jeu de Boules | Jeu de Boules Nagele | 13-65+ | 20 sept. | 14.00-16.00 | Tarwehof (midden terrein) | Wim Wientjes t. 06-53146606 | Aanmelden niet nodig | |
| 42. | Bewegen op Muziek | SV Nakala | 65+ | 18 sept. | 09.00-10.00 | Gymzaal Het Rietveld, Ring 19 | Josita Tichelaar t. 06-27206946 e. sportverenigingnakala@gmail.com | Aanmelden niet nodig | |

| | | | | | | | | |
|--------------------|--|-----------------------------|--|----------------------------------|---|--|--|---|
| 43. | Bodyfit | SV Nakala | 19-64 | 21 sept. | 19.00-20.00 | Gymzaal Het Rietveld, Ring 19 | Josita Tichelaar t. 06-27206946 e. sportverenigingnakala@gmail.com | Aanmelden niet nodig |
| 44. | Badminton | SV Nakala | 19-64 | 20 sept. | 20.00-21.00 | Gymzaal Het Rietveld, Ring 19 | Josita Tichelaar t. 06-27206946 e. sportverenigingnakala@gmail.com | Aanmelden niet nodig |
| 45. | Gym | SV Nakala SV Nakala | 4-6 5-12 | 19 sept. 19 sept. | 14.45-15.30 15.30-16.30 | Gymzaal Het Rietveld, Ring 19 | Josita Tichelaar t. 06-27206946 e. sportverenigingnakala@gmail.com | Aanmelden niet nodig |
| 46. | Kinderyoga | YogaMind | 6-12 | 19 sept. | 16.00-17.00 | Studio YogaMind, Voorhof 2c | Marjolein Hiddinga e. yogamind@ziggo.nl | Vooraf aanmelden 2x gratis kennismaken op 19 en 26 september |
| Marknesse | | | | | | | | |
| 47. | Pilates | Hannah's Bewegingslessen | 40-65+ | 22 sept. | 09.30-10.30 | PKN Kerk-Zaal 2, Sluis 1 | Hannah Osorio t. 06-45098665 | Vooraf aanmelden 3x gratis kennismaken |
| 48. | Bodyfit | SVM Gym | 55+ | 19 sept. | 15.15-16.15 | Sporthal de Triangel, Maanhuizenlaan 10 | Paula Snellink t. 06-23272799 e. reeneenpaula@outlook.com | Aanmelden niet nodig 3x gratis kennismaken |
| 49. | Zhineng Qigong | Alda Boerema | 19-65+ | Let op! 26 | 19.00-20.15 | De Schutsluis, Sluis 1 | Alda Boerema t. 0527-201886 e. info@qigongnoordpolder.nl | Aanmelden gewens 2x gratis kennismaken |
| 50. | CMV Volleybal | SVM Volleybal | 6 t/m 12 jaar | 21 sept. | 18:00-19:00 | De Triangel, Marknesse, Maanhuizenlaan 10 | | Aanmelden gewens |
| | ABC Jeugd | | 12 t/m 18 jaar | 21 sept. | 19:00-20:15 | | e. svmvolleybal@hotmail.nl | |
| | Herenteams verschillen de niveau's | | Volwassen en | | meerdere meerdere tijden | | | |
| | Damesteams verschillen de niveau's | | Volwassen en | | meerdere meerdere tijden | | | Aanmelden |
| Kraggenburg | | | | | | | | |
| 51. | Conditietraining | Paula Snellink | 55+ | 18 sept. | 09.30-10.30 | Gymzaal Kraggenburg, Noordermeent 4A | Paula Snellink t. 06-23272799 e. reeneenpaula@outlook.com | via de mail te verkrijgen. 2x gratis Aanmelden niet nodig kennismaken |
| Espel | | | | | | | | |
| 52. | Sport en Spel | Marianne van Maanen | 65+ | 19 sept. | 16.15-17.15 | Gymzaal Espel, Noorderrand 36 | Marianne van Maanen e. mariannevanmaanen@hotmail.com | Vooraf aanmelden |
| Bant | | | | | | | | |
| 53. | Volleybal | TriVia | 6-9 10-11 Dames 5 (3e klasse) | 22 sept. 22 sept. 20 sept. | 16.00-17.00 17.00-18.00 19.00-20.30 | Gymzaal Bant, Noordakker 1 | e. info@triviavolleybal.nl | Aanmelden niet nodig |
| Creil | | | | | | | | |
| 54. | Volleybal | TriVia | 12-13 Dames 1 (1e klasse) | 18 sept. 21 sept. | 19.00-20.15 19.00-20.30 | Toernooihal, Toernooilaan 9 | e. info@triviavolleybal.nl | Aanmelden niet nodig |
| | | | Dames 3 (3e klasse) | 21 sept. | 20.30-22.00 | | | |
| | | | Dames 4 (3e klasse) | 21 sept. | 19.30-21.00 | | | |
| | | | Dames 6 (4e klasse) | 20 sept. | 19.30-21.00 | | | |

| | | |
|------------------|----------|-------------|
| Recreante n 1 | 19 sept. | 20.00-21.30 |
| Recreante n 2 | 21 sept. | 20.30-22.00 |