

On the Move Aanbod 2017/2018						
	Activiteit	Beschrijving	Doelgroep	Wanneer	Waar	Kosten
1	Fietsen	Fietsen met trapondersteuning	senioren	maandag en woensdag va 13uur	OC Klarwater	Geen bijdrage
2	Wandelen	Wandelen in een groep, met begeleiding op maandag groep (duur ongeveer 30 minuten) of zonder begeleiding op vrijdag, duur ongeveer 1uur.	senioren	maandag 13.30uur met en vrijdag 10.30uur zonder begeleiding	OC Klarwater	Geen bijdrage
3	Circus	met behulp van circus attributen op een ontspannen en speelse manier werken aan coordinatie en balans	senioren, mensen met een licht verstandelijke beperking, mensen met een kleine beurs	in overleg, duur: 3 keer een workshop van 1 uur	op locatie of in Idea	€ 7,50
4	Circus	workshop van 2 uur tijdens fittest	deelnemers fittest	2 uur	sporthal	bijdrage fittest
4	Dansen	Dansen en draaien	mensen die meer willen bewegen en graag willen dansen, senioren, mensen met een kleine beurs	4 keer een cursus van 10 lessen van 1 uur	Idea	€ 25,- per serie van 10 lessen
5	Verhaalverteller	I got the Power' - het verhalenvertellen wordt ingezet om eigen motivatie om te blijven bewegen	mensen die het belang van bewegen inzien, maar moeite hebben om het vol te houden	3 trainingen van 7 keer 1 uur	op locatie of in Idea	Geen bijdrage
6	Verhaalverteller	6 keer bezoekt de verhalenverteller een groep om met elkaar een onderwerp uit te diepen	doelgroep van On the Move	workshop van 2 uur, opgesplitst in 2 keer: 1 keer een 0,5 en daarna 1,5 uur	op locatie of in Idea	Geen bijdrage
7	Fittest	Halfjaarlijkse mogelijkheid om hun fitheid te testen.	Alle doelgroepen vanaf 6 jaar	17 mei en 27 november	Beukendal	€ 2,50
8	Sportevent for kids	Een parcours van verschillende sporten, aangeboden door lokale sportaanbieders	Alle basisschoolkinderen	Kerstvakantie	Sportboulevard de Engh	€ 2,00
9	Hardlopen	Beginnersniveau hardlopen met focus op gezelligheid en laagdrempeligheid. Indien gewenst, individuele begeleiding	Mensen met beperking in ruime zin	Donderdag 18:00 - 19:00	Sportterrein SEC	Geen bijdrage
10	Vrouwenzwemmen	Beginnersniveau zwemmen met focus op gezelligheid en laagdrempeligheid. Indien gewenst, individuele begeleiding	Vrouwen met kleine beurs	Vrijdag 01:30 - 02.30	Sportboulevard de Engh	€ 2,50
11	Yoga	Beginnersniveau yoga met focus op gezelligheid en laagdrempeligheid. Indien gewenst, individuele begeleiding	Vrouwen met kleine beurs	Maandag 10.00 - 11.00	Veenbesstraat 2	€ 2,50
12	Mannenzwemmen	Beginnersniveau zwemmen met focus op gezelligheid en laagdrempeligheid. Indien gewenst, individuele begeleiding	Mannen met kleine beurs	Zaterdag 10.30 - 11.30	Sportboulevard de Engh	€ 2,50
13	Individuele begeleiding	In een sportieve omgeving worden begeleid om de afstand tot beweging en werk te verkleinen	Werk & Inkomen	nvt	nvt	Geen bijdrage
14	SoVa voor kinderen		Kinderen met Autisme of ADHD			Geen bijdrage
15	Dit is Fit - cursus	Richt zich op een gezonde levensstijl, voeding, beweging/sporten, ontspannen, gezonde realties.	Mensen met beperking in ruime zin	Mei 2018 en okt 2018	1x Baarn 1x Soest	Geen bijdrage
16	Thema Autisme	Themabijeenkomsten voor ouders van kind met autisme	Ouders met autistisch kind	4x per jaar: 14 maart (1e)	Plantage Soest	Geen bijdrage