



Beweegprogramma in jouw buurt!



MAANDAG

Tijdstip	Activiteit	Locatie	Vorm	Buurtsportcoach
09.00 - 09:30 en 09:45 - 10:15	Beweegtuin Helmond-West	Speeltuinen Helmond-West, Arbergstraat 85	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Kristian
09.30 - 10.15	Sta Stevig (valpreventie + stabiliteit) - staand	Woonzorgcentrum Savant Ameide, Ameidepark 8	Straatgym vanaf eigen balkon, tijdelijk 14:30	Chaib
09.30 - 10.30	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard
09.30 - 10.30	Beweegtuin Swift	Handbalvereniging Swift, Barentzpark 1	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Sophie
10.30 - 11.15	Sta Stevig (valpreventie + stabiliteit) - zittend	Woonzorgcentrum Savant Ameide, Ameidepark 8	Straatgym vanaf eigen balkon, tijdelijk 15:00	Chaib
11.00 - 12.00	GoldenSports Tienerhuis	Tienerhuis, Rivierensingel 752	In groepjes van max. 4 personen	Sophie
11.15 - 11.45	Beweeggroep Hurkhuus	Het Hurkhuus Dagelijks Leven, Hurksestraat 1H	Doorgaan en in welke vorm nog onduidelijk	Flo
11.00 - 12.00	Wandelen met... (eens per maand)	Elke maand een andere wijk	In groepjes van max. 4 personen	BSC' s
13.00 - 13.30	Straatgym Brouwhorst	Steunpunt Residentie Brouwhorst, Deltaweg 83	Straatgym vanaf eigen balkon	Sophie
12.45 - 13.15 en 13:30 - 14:00	Beweegtuin Helmond West	Speeltuinen Helmond West, Arbergstraat 85	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Flo
13.30 - 14.30	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard
13.30 - 14.00	StraatGym Baroniehof	Residentie Baroniehof, Baroniehof	Straatgym vanaf eigen balkon	Sophie
14.30 - 15.30	Beweeggroep De Waart	Vertrek vanaf Lunchroom De Keyser, Torenstraat 17	In groepjes van max. 4 personen	Jasper
14.30 - 15.30	Sta Stevig (valpreventie + stabiliteit)	Woonzorgcentrum Savant Alphonsus, Hoofdstraat 176		Flo
18.30 - 19.30	Op weg naar Structureel Sporten	ORO, Kromme Haagdijk 74	Groep verdeeld in kleine groepjes	Flo
19.00 - 20.00	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard

DINSDAG

Tijdstip	Activiteit	Locatie	Vorm	Buurtsportcoach
09.00 - 09:30 en 09:45 - 10:15	Beweegtuin Helmond West	Speeltuinen Helmond West, Arbergstraat 85	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Flo
09.00 - 09.45	Sta Stevig (valpreventie + stabiliteit)	Woonzorgcentrum Savant de Eeuwse, Nieuwveld 85	Straatgym vanaf eigen balkon (bij regen onder afdak)	Chaib
09.30 - 10.30	OldStars tennis	Tennispark de Warande, Horst 25	???	Vereniging
09.30 - 10.30	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard
09.30 - 10.30	Beweeggroep Geseltonk	Wijkhuus de Geseltonk, Cederhoutstraat 44	Les kan doorgaan voor kwetsbaren vanuit sociaal domein	Frans
10.00 - 11.00	Sta Stevig (valpreventie + stabiliteit)	Sportcentrum MAACH, Wethouder Ebbenlaan 166	In groepjes van 4 personen	Chaib
10.00 - 10.45	Beweeggroep Annawijk	Buurthuis St. Anna, Hurksestraat 5	Geen doorgaan omdat buurthuis als horeca wordt gezien	Jasper
10.00 - 11.30	OldStars walking football Helmond-West	Sportpark Houtsdonk, Heeklaan 21	In groepjes van max. 4 personen	Vereniging
13.00 - 13.45	Beweeggroep De Ark	De Ark, Dorpsstraat 29	Straatgym vanaf eigen balkon	Flo
13.00 - 14.00	GoldenSports Rijnberg	Sportveldje bij De Brem, Rijnplein 1	In groepjes van max. 4 personen	Sophie
13.00 - 14.00	Sta Stevig	Sportcentrum MAACH, Wethouder Ebbenlaan 166	In groepjes van 4 personen, buiten	Chaib
13.30 - 14.30	Wandelen (in een rustig tempo)	Vertrek vanaf Woonzorgcomplex de Moereseik, Tamboerijnstraat 80	In groepjes van 4 personen, mits mogelijk	Jasper
14.30 - 15.15	Samen Fit	Woonzorgcentrum Savant Alphonsus, Hoofdstraat 176	3 lessen van 20 minuten buiten, max 2 per. bij elkaar	Flo
16.00 - 17.00	Bewegen met overgewicht voor jongeren	Gymzaal Praktijkschool, Generaal Snijdersstraat 51	Regulier, deelnemers <18 jaar	Flo

WOENSDAG

Tijdstip	Activiteit	Locatie	Vorm	Buurtsportcoach
09.00 - 09:30 en 09:45 - 10:15	Beweegtuin Helmond West	Speeltuinen Helmond West, Arbergstraat 85	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Kristian
09.30 - 10.30	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard
09.30 - 10.30	Beweegtuin Swift	Handbalvereniging Swift, Barentzpark 1	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Sophie
10.00 - 11.00	GoldenSports Helmond-Oost	Handbalvereniging Swift, Barentzpark 1	In groepjes van max. 4 personen	Sophie
10.00 - 11.15	Wandelen (5 km/u)	Vertrek vanaf Speeltuinen Helmond West, Arbergstraat 85	In groepjes van max. 4 personen	Kristian
11.00 - 12.00	Wandelen	Vertrek vanaf Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	In groepjes van max. 4 personen	Gerard
11.00 - 12.00	Wandelen (COPD Challenge)	Stadspark de Warande, Warandelaan	In groepjes van max. 4 personen	Flo
13.00 - 13.30	StraatGym Cloosterparc	Cloosterparc, Ruusbroeclaan	Straatgym vanaf eigen balkon	Jasper
13.00 - 14.00	Sport & Spel middag tot 12 jaar	Weverspark, Van Liempstrastraat	Er is nu geen programma	Chaib
14.00 - 14.45	Beweeggroep De Kortenaer	Seniorenhof De Kortenaer, Kortenaerstraat 79A	Straatgym vanaf eigen balkon	Sophie
16.00 - 17.00	Op weg naar Structureel Sporten	ORO, Kromme Haagdijk 74	Groep verdeeld in kleine groepjes	Flo
16.00 - 17.00	Bewegen op Maat	Gymzaal Wijkhuus Westwijzer, Cortenbachstraat 70	In groepjes van max. 4 personen. Begeleider per groepje.	Lisanne en Jasper
17.00 - 19.00	Zaalvoetbal 13 tot 18 jaar	Gymzaal Paulus Potterlaan, Paulus Potterlaan 6	Regulier, deelnemers <18	Chaib

DONDERDAG

Tijdstip	Activiteit	Locatie	Vorm	Buurtsportcoach
09.30 - 10.30	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard
09.30 - 10.30	GoldenSport Brouwhuis	Wijkgebouw de Zonnestein, Rijnlaan 91	In groepjes van max. 4 personen	Sophie
10.00 - 10.45	Sta Stevig (valpreventie + stabiliteit)	Ontmoetingscentrum Rozenhof, Rozenhof 43	Straatgym vanaf eigen balkon	Flo
10.00 - 11.30	OldStars walking football Mierlo-Hout	Sportpark de Beemd, Wilgehoutstraat 2	In groepjes van max. 4 personen	Kristian
11.00 - 11.45	Beweeggroep Rivierenhof	Woonzorgcentrum Savant Rivierenhof, Hof Bruheze 16	In groepjes van max. 4 personen, binnen	Sophie
11.00 - 12.00	Wandelen	Kleinschalig wonen Zorgboog Wolfstraat, Wolfstraat 116	In groepjes van 4 personen	Gerard
12.30 - 13.30	GoldenSports De Braak	Korfbalvereniging OEC, Braakse Bosdijk 1a	In groepjes van max. 4 personen	Sophie
13.30 - 14.30	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard
14.15 - 15.00	Sta Stevig (valpreventie + stabiliteit)	Woonzorgcentrum Savant de Eeuwse, Nieuwveld 85	Bij drukte twee groepen	Flo
14.00 - 16.00	Wandelen i.s.m. Buurtzorg (rustig)	Vanaf Wijkhuus Westwijzer, Cortenbachstraat 70	In groepjes van max. 4 personen	Kristian
15.30 - 16.00	Beweeggroep Moereseik	Woonzorgcomplex de Moereseik, Tamboerijnstraat 80	Straatgym vanaf eigen balkon	Jasper
18.30 - 19.30	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard

VRIJDAG

Tijdstip	Activiteit	Locatie	Vorm	Buurtsportcoach
09.30 - 10.30	Beweegtuin Leonardus	Speeltuinen Leonardus, Monseigneur Swinkelsstraat 24	Maximaal 4 groepjes van 4 personen	Gerard
09.30 - 10.30	OldStars Tennis	Sportpark Espendonk, Sportpark Espendonk 2	???	Vereniging
10.00 - 11.30	OldStars walking football Helmond-West	Sportpark Houtsdonk, Heeklaan 21	In groepjes van 4 personen	Vereniging
10.15 - 10.45	Peuter-oudergymnastiek	Verzorgingshuis de Pannehoeve, Jan van Goyenlaan 1		Flo
11.00 - 12.00	Wandelen i.s.m. ORO	Vertrek vanaf Wijkhuus De Lier, Van Kinsbergenlaan 1	In groepjes van max. 4 personen (zonder ORO)	Gerard
18.00 - 19.00	Weerbaarheid voor kinderen	Sportcentrum MAACH, Wethouder Ebbenlaan 166	Regulier, deelnemers <18	Chaib

ZATERDAG

Tijdstip	Activiteit	Locatie	Vorm	Buurtsportcoach
Geen aanbod				

ZONDAG

Tijdstip	Activiteit	Locatie	Vorm	Buurtsportcoach
10.00 - 11.00	Sta Stevig (valpreventie + stabiliteit)	Sportcentrum MAACH, Wethouder Ebbenlaan 166	In groepjes van 4 personen	Chaib



Volg ons op sociale media.
Zo blijf je altijd op de hoogte van het laatste nieuws en onze activiteiten!
Meer informatie op www.jibbplus.nl / 0492 - 34 70 71

