



DE PEEL

Iedereen kan bewegen! Wil je graag (meer) bewegen of sporten, maar vind je het lastig een passende sport te vinden door je beperking of chronische ziekte? Uniek Sporten de Peel ondersteunt jou bij het vinden van een passende sport! Niet voor iedereen is bewegen even vanzelfsprekend, terwijl regelmatig bewegen juist heel belangrijk is en veel voordelen heeft. Bij *Uniek Sporten de Peel* kun je kosteloos, samen met de beweegcoaches, ontdekken wat het beste aansluit bij jouw wensen en mogelijkheden. Daarnaast ondersteunen de beweegcoaches bij het aanvragen van hulpmiddelen en andere vraagstukken. Heb je behoefte aan persoonlijk advies of begeleiding? Neem dan contact op met Uniek Sporten de Peel via depeel@uniekporten.nl of 0492-347071.

NIEUW! De Speel- en Beweegkaart voor 0 tot 4 jarigen



Scan me

Een kaart waarop je alle speel-, sport-, beweeg- en culturele locaties kunt vinden om samen te bezoeken!

Geen QR scanner?
www.jibbplus.nl/speel-en-beweegkaart

Zondag 18 sept 2022 van 10 tot 14 uur Ontdek jouw sport!

Met het hele gezin sfeer gaan proeven en sporten uitproberen bij sportaanbieders in Helmond!

Op zondag 18 september zetten Helmondse clubs hun deuren open om jou te ontvangen. Overal gratis toegang en inschrijven is niet nodig. Doe je sportkleding aan, want op veel plaatsen worden clinics aangeboden!

NATIONALE KRAANWATERDAG 28 september 2022

Woensdag 28 september is het Nationale Kraanwaterdag. Deze dag staat in het teken van kraanwater als gezonde en duurzame dorstlesser. Door mee te doen met Nationale Kraanwaterdag start jij het nieuwe schooljaar goed, want kraanwater is duurzaam, lekker en gezond! Doe jij mee?

www.kraanwaterdag.nl

Kraanwater dilemma: Wat zou je doen?



Bron: www.7dagenwaterchallenge.nl

Komkommerwater Voor onderweg



Drink jij voldoende water? Met de rinkwaterrecepten heb jij een gezond en lekker drankje voor onderweg!

Vul jouw beker met:

- ¼ komkommer in schijfjes
- 4 takjes munt
- ½ citroen in schijfjes

Vul aan met kraanwater. Nu heb je komkommerwater!

Kijk op www.brabantwater.lesjedorst.nl voor meer informatie over kraanwater.

Sinaasappelwater Voor onderweg



Drink jij je water graag ijskoud? Probeer dan dit recept voor sinaasappelwater! Zo heb je voor lange tijd koud water bij de hand.

Vul jouw beker met:

- ½ sinaasappel in schijfjes
- Handje blauwe bessen
- 4 takjes munt
- Handje ijsblokjes

Vul aan met kraanwater. Geniet van je ijskoude sinaasappelwater!

Het programma is onder voorbehoud. Wanneer er wijzigingen plaats vinden, wordt dit gecommuniceerd op www.jibbplus.nl. Bij sommige aanbieders gelden speciale kledingvoorschriften, deze vind je ook op de website.

SPORT	SPORTAANBIEDER	ADRES	LEEFTIJD CHECK				TIJDEN	WEBSITE
			2-3	4-7	8-12	13+		
1 Urban Sports	Tienerhuis	Rivierensingel 752					vrije inloop	www.tienerhuis.nl
2 Volleybal	VC Polaris	Mahoniehoutstraat 9a					speciaal programma*	www.vcpolaris.nl
3 Korfbal	KV OEC	Braakse Bosdijk 1A					vrije inloop	www.oekorfbal.nl
4 Trampolinespringen	We Jump	2e Indumaweg 7					normaal geopend**	www.we-jump.nl
5 Twirl	Twirl Imagination	Scheepsboulevard 2					vrije inloop	www.imagination-twirl.nl
6 Hockey	HC Helmond	Horst 27					vrije inloop	www.hchelmond.nl
7 Judo	Budovereniging de Hechteband	Biezenlaan 29					speciaal programma*	www.dehechteband.nl
8 Kickboksen	Team Holzken	Icarusstraat 35					speciaal programma*	www.team-holzken.nl
9 Voetbal	Helmondse Voetbalschool	Sportpark de Braak 2					speciaal programma*	www.helmondsevoetbalschool.nl
10 Tafeltennis	TTV Stiphout	Braakweg 30					vrije inloop	www.ttvstiphout.nl
11 Motorcross	MAC de Helm	Veldbeemd / Keersluisweg					vrije inloop	www.macdehelm.nl
12 Dans	Hoomrun Dance Studios	De Hoefkens 1A					speciaal programma*	www.hoomrundancestudios.nl
13 Freerun	Commit Freerun	Watermolenwal 14 (oude citysportal)					vrije inloop	www.commit040.nl
14 Wielersport	RTC Buitenlust	Nemerlaerhof 70					vrije inloop	www.rtcbuitenlust.nl
15 Atletiek	HAC	Molenven 3					vrije inloop	www.hac-helmond.nl
16 Tennis en Padel	TPC Esendonk	Sportpark Esendonk 2					vrije inloop	www.tpcesendonk.nl
17 Reddingszwemmen	Reddingsbrigade de Helmondse Watervrienden	Kanaaldijk Z-O 70a					vrije inloop	www.helmondsewatervrienden.nl
18 Kickboksen	Sportschool Maach	Wethouder Ebbenlaan 166					speciaal programma*	www.maach.nl
19 Turnen	Turnvereniging HT'35	Cortenbachstraat 70					10:00-12:00	www.ht35.nl
20 Handbal	Swift Helmond	Barentzpark 1					vrije inloop	www.swift-helmond.nl
21 Voetbal	SV de Braak	Sportpark de Braak 5					10:00-12:00	www.svdebraak.nl

8-12 EN 13+ IS ALLEEN VOOR MEIDEN

22 Handboogschieten	Recht door Zee	Rivierensingel 96					speciaal programma*	facebook.com/rechtdoorzee1891
23 Reddingszwemmen	Reddingsbrigade de Reddingsklos	Kanaaldijk Z-O 70a					vrije inloop	www.dereddingsklos.nl
24 Kano	HWC de Helmvaarders	Kanaaldijk Z-O 50					vrije inloop	www.helmvaarders.nl
25 Gardedans	DV X-Perience	Biezenlaan 29					vrije inloop	www.dvxperience.nl
26 Gardedans	Dansgarde CV OLUM	Rijplein 1					vrije inloop	www.olum.nl
27 Honk- en Softbal	MULO Baseball	Rivierensingel 98					vrije inloop	www.mulo-baseball.nl
28 Voetbal	SV Rood-Wit '62	Sportcomplex de Rijpel 1					11:00-12:00	www.roodwit62.nl
29 Kickboksen	Mansouri Gym	Binderseind 21					vrije inloop	www.mansouri.nl
30 Judo	Judovereniging Mierlo-Hout	Tarbotstraat 16					speciaal programma*	www.jvmh.nl
31 Dansen	Dansschool Reniers	Nieuwveld 53					speciaal programma*	www.dansschoolreniers.nl
32 Duimtoernooi	P.V. Littie of Littie Nie	Braakse Bosdijk 5					speciaal programma*	www.littieoflittie.nl
33 Hapje & Drankje	Jibb+	Scheepsboulevard 2					vrije inloop	www.jibbplus.nl

* Deze sportaanbieder biedt een speciaal programma gericht op verschillende leeftijden aan. Bekijk het programma op www.jibbplus.nl
** WeJump heeft geen programma en is onder normale voorwaarden geopend, zie www.we-jump.nl voor meer informatie.

Fietsplattegrond



Dag van de Sportclub

Helmondse sportaanbieders
openen hun deuren!



Laat ons weten wat je van de Dag van de Sportclub en drie sportaanbieders vond en krijg 50% korting op toegang bij WeJump!*

Scan me



Geen QR scanner?
www.jibbplus.nl/geeffjouwmening

*Na het invullen ontvang je binnen vijf werkdagen een kortingsbon van WeJump.



Jibb+ laat iedereen, van jong tot oud, in Helmond kennis maken met beweging en gezonde voeding. Doe jij ook mee?

www.jibbplus.nl



SPORT

- 1 Urban Sports
- 2 Volleybal
- 3 Korfbal
- 4 Trampolinespringen
- 5 Twirl
- 6 Hockey
- 7 Judo
- 8 Kickboksen
- 9 Voetbal
- 10 Tafeltennis
- 11 Motorcross
- 12 Dans
- 13 Freerun
- 14 Wielersport
- 15 Atletiek
- 16 Tennis en Padel
- 17 Reddingszwemmen
- 18 Kickboksen
- 19 Turnen
- 20 Handbal
- 21 Voetbal
- 22 Handboogschieten
- 23 Reddingszwemmen
- 24 Kano
- 25 Gardedans
- 26 Gardedans
- 27 Honk- en Softbal
- 28 Voetbal
- 29 Kickboksen
- 30 Judo
- 31 Dansen
- 32 Duimtoernooi
- 33 Hapje & Drinkje

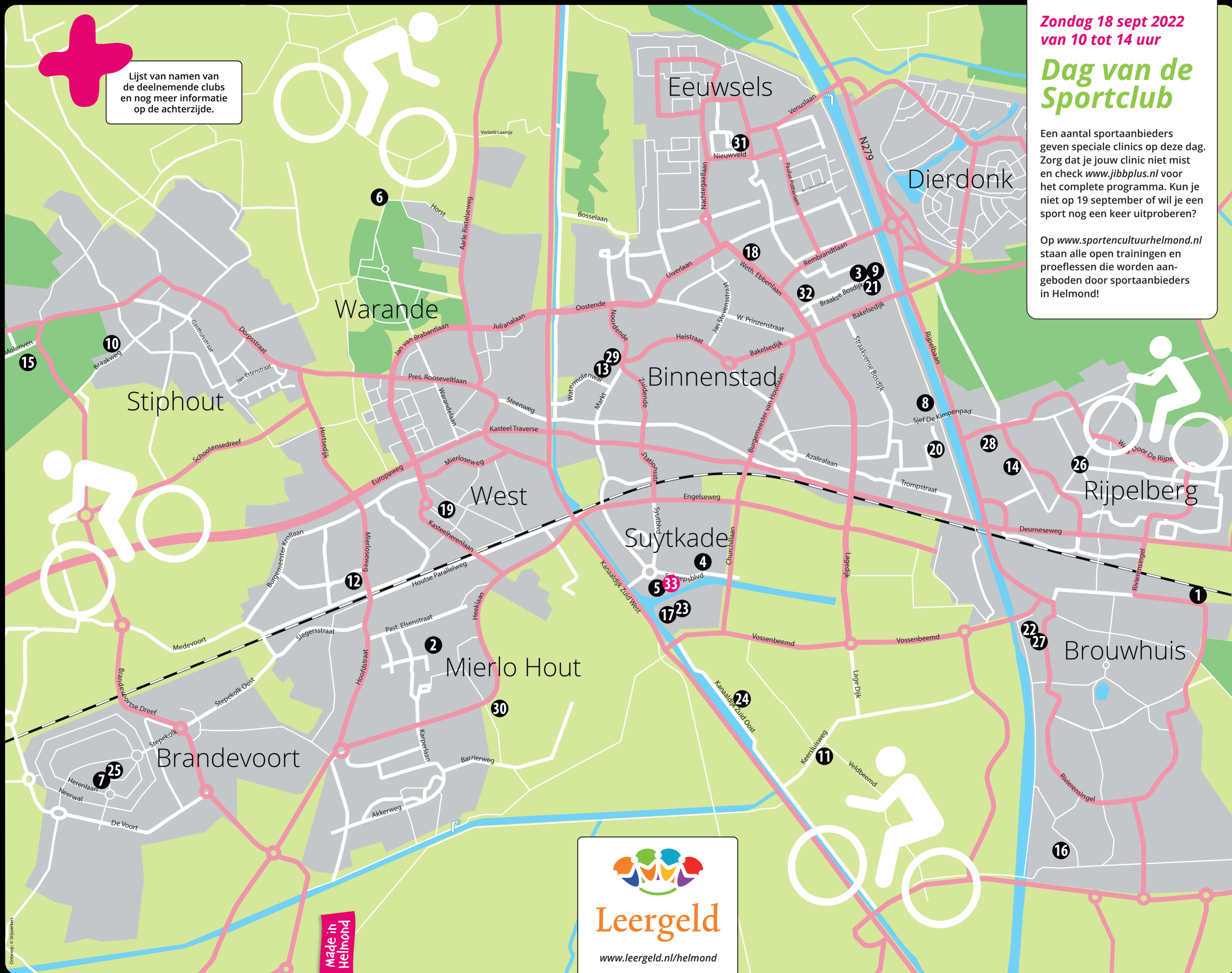
Lijst van namen van de deelnemende clubs en nog meer informatie op de achterzijde.

Zondag 18 sept 2022
van 10 tot 14 uur

Dag van de Sportclub

Een aantal sportaanbieders geven speciale clinics op deze dag. Zorg dat je jouw clinic niet mist en check www.jibbplus.nl voor het complete programma. Kun je niet op 19 september of wil je een sport nog een keer uitproberen?

Op www.sportencultuurhelmond.nl staan alle open trainingen en proeflessen die worden aangeboden door sportaanbieders in Helmond!



Scan me

De kaart digitaal (Google maps)
Geen QR scanner?
<https://bit.ly/2F3CSfi>




Leergeld
www.leergeld.nl/helmond