

PROGRAMMA MIDZOMER MOKUM SPORTWEKEN

LOCATIE: Bijlmer Sportpark (Karspeldreef 501 - 1102 BX Amsterdam)



9.00 10.00 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 20.30

Woensdag 8 juli: VOETBALDAG

	Walking Football Senioren 55+	Voetbal Toernooi 7 - 12 jr	Voetbal Techniek 7 - 12 jr jongens		Voetbal Toernooi 13 - 19 jr			Voetbal Clinic 18+
	G-voetbal Aangepast sporten 6-16 jr	Voetbal Clinic 13 - 19 jr	Voetbal Techniek 7 - 12 jr meiden		Voetbal Clinic 7 - 12 jr			Voetbaltoernooi 18+

Woensdag 15 juli: DANS EN TURNDAG

		Let's Dance 2 - 6 jr	Cheerleading 6 - 15 jr	Let's Dance 13 - 18 jr	Zumba 12 - 18 jr		Zumba 18+
Turnfestival 2 - 5 jr (Nijntje Beweegplein) 6 - 16 jr		Turnfestival 2 - 5 jaar (Nijntje Beweegplein) 6 - 16 jaar					

Woensdag 22 juli: BOOTCAMP EN VECHTSPORTDAG

		Bootcamp 12 - 18 jr	Bootcamp 18+	Bootcamp 18+	Bootcamp 16+
	Boksen 7 - 12 jr	Boksen 12 - 18 jr	Kickboksen 13 - 18 jr		
	Judo 4 - 7 jr	Judo 7 - 12 jr			

Woensdag 29 juli: AMERIKAANSE SPORTEN EN URBANDAG

		Meiden Skaten 8 - 12 jr	Meiden Skaten 13 - 18 jr
		American Football Skill Challenge 6 - 14 jr	American Football Skill Challenge 15 - 18 jr
	Basketbal 3X3 skills 6 - 12 jr	Basketbal 3X3 skills 13 - 16 jr	
		Urban Hockey 4 - 6 jr 7 - 12 jr	

Woensdag 5 augustus: ATLETIEK EN OUTDOOR GYMDAG

+ ZWEMAANBOD @BIJLMER SPORTCENTRUM

	Atletiek Challenge 7 - 18 jr 18+	Outdoor Gym Games 12 - 18 jr 18+	zwemdiploma verplicht
			Proefzwemmen 4,5 - 8 jr
			Zwemtraining 6 - 18 jr

Woensdag 12 augustus: SPORT EN FUNDAG

	Cheerleading 4 - 14 jr	Sport Circuit 4 - 14 jr	Trefbal Toernooi 10 - 14 jr	Weightball 13 - 15 jr	Weightball 16 - 18 jr
				Straatvoetbalclinic 13 - 18 jr	BMX 12 - 18 jr

Deelname is gratis. Tijdens al onze activiteiten houden sportbegeleiders zich aan de richtlijnen van het **RIVM**