

# DOE MEE AAN DE NATIONALE SPORTWEEK!



**15 t/m 30 september 2018**

## GRATIS PROEFLESSEN EN SPORTCLINICS VOOR IEDEREEN

# PROGRAMMA NATIONALE SPORTWEEK 2018

Doe mee aan de Nationale Sportweek! Van 15 t/m 30 september kan je bij vele verenigingen in Leidschendam-Voorburg meedoen aan gratis proeflessen en sportclinics voor jong en oud. Dus trek je sportkleden aan en kom naar één van de vele activiteiten.

*Veel sportplezier!*

● Jeugd tot 18 jaar ● Volwassenen ● Bewegen voor 55+ ● Sporten met een lichamelijke beperking

Bij sommige trainingen moet je je vooraf aanmelden. Wanneer dit er niet bij staat, kan je gewoon langskomen en meedoen!

## ZATERDAG 15 SEPTEMBER

● **BC Orbiton** Badminton (6 – 18 jaar)  
Tijd 10.00 – 11.30 uur (15, 22 en 29 september)  
Locatie Sporthal De Fluit, Leidschendam  
Inschrijven Frank Jansen, bestuur@orbiton.nl  
06 – 289 332 93  
Bijzonderheden Rackets zijn aanwezig.

● **Scouting Hubertus-Brandaan**  
Vliet Sports & Kitchen (4 – 17 jaar)  
Tijd 11.00 – 17.00 uur  
Locatie Damplein Leidschendam

● **C.K.V. VEO** Korfbal (groep 1 en 2)  
Tijd 10.00-11.00 (15 en 22 september)  
Locatie VEO-veld, Sportpark Westvliet,  
Groene Zoom 4B, Den Haag  
Informatie Chris Boogert, chris.boogert@kpnmail.nl  
06 – 250 114 35  
Bijzonderheden Open training schoolkorfbaltoernooi.

## ZONDAG 16 SEPTEMBER

● **V.M.H.C. Cartouche** LG hockey  
(6 – 18 jaar / volwassenen)  
Tijd 10.15 – 11.15 uur  
Locatie Sportpark Duivesteyn, Van Ruysdaellaan 3a,  
Leidschendam  
Inschrijven M. Bergeren, lghockey@hc-cartouche.nl  
06 – 537 825 09  
Bijzonderheden Voor spelers met een lichamelijke  
beperking. Vooraf aanmelden verplicht.

● **VW Tafeltennis** (18 jaar en ouder)  
Tijd 10.00 – 12.00 uur  
Locatie Van Ruysdaellaan 93, Leidschendam  
Inschrijven Werf Thomas, werffthomas@yahoo.com  
06 – 348 820 36

## MAANDAG 17 SEPTEMBER

● ● ● **Tejima Sport** Judo, jiu-jitsu en karate (4 – 80 jaar)  
Tijd zie: [www.tejima-sport.nl](http://www.tejima-sport.nl)  
Locatie Westvlietweg 42 Den Haag  
Informatie Theo van Pomeran, info@tejima-sport.nl  
06 – 140 300 05

● **RKAVV** Voetbal (jongens en meisjes tot 12 jaar)  
Tijd maandag-donderdag, zie website [www.rkavv.nl](http://www.rkavv.nl)  
Locatie Sportpark de Kastelenring,  
Sportparkweg 4, Leidschendam  
Inschrijven John Stolk, jeugdzaken@rkavv.nl  
06 – 108 896 75  
Bijzonderheden Kantine: 070 – 327 72 15

● **VW Tafeltennis** (jeugd tot 12 jaar)  
Tijd 15.30 – 16.30 uur  
Locatie Van Ruysdaellaan 93, Leidschendam  
Informatie Werf Thomas, werffthomas@yahoo.com  
06-34882036

## DINSDAG 18 SEPTEMBER

● **BC Orbiton** Badminton (55 jaar en ouder)  
Tijd 10.30 – 12.00 uur (ook 25 september)  
Locatie Sporthal De Kastelenring, Leidschendam  
Inschrijven Iris Kaiser, bestuur@orbiton.nl  
06 – 408 642 89  
Bijzonderheden Rackets zijn aanwezig.  
Elke dinsdag kan je proeftrainen.

● **RMD Karateclub** Karate (7 – 12 jaar)  
Tijd 19.30 – 20.30 uur  
Locatie Leenkamp 11, Leidschendam  
Informatie Ruud Muller, kyokushin@live.nl  
06 – 223 313 04  
Bijzonderheden Kom in T-shirt met trainingsbroek.

● **Roeivereniging Rijnland** Sporten met een  
lichamelijke beperking (18 jaar en ouder)  
Tijd 10.30 – 13.00 uur  
Locatie Oostvlietweg 63, Leidschendam; De vereniging  
ligt aan de Vliet in het recreatiegebied Vlietland.  
Route zie website [www.rvrijnland.nl](http://www.rvrijnland.nl)  
Informatie Peter Reimer of Hester Eriks;  
aangepastroeien@rvrijnland.nl  
06 – 496 588 45  
Bijzonderheden In principe alle lichamelijke handicaps.  
Vooraf aanmelden hoeft niet.

## WOENSDAG 19 SEPTEMBER

- ● ● **GSC Volleybal (6 – 70 jaar)**  
Tijd Jeugd 17.30 uur, dames 19.00 uur  
en heren 20.30 uur  
Locatie Sporthal De Fluit, Leidschendam  
Inschrijven Gisela de Haan, jeugd@gscvolleybal.nl  
Bijzonderheden Graag contact van tevoren om een goede dag/  
tijd af te spreken.

- **C.K.V. VEO Korfbal (groep 3 t/m6)**  
Tijd 18.00-19.30 (19 en 26 september)  
Locatie VEO-veld, Sportpark Westvliet,  
Groene Zoom 4B, Den Haag  
Informatie Chris Boogert, chris.boogert@kpnmail.nl  
06 – 250 114 35  
Bijzonderheden Open training schoolkorfbaltoernooi.

- **SEV Voetbal (jongens en meisjes t/m 11 jaar)**  
Tijd 16.00 – 17.00 uur (6 t/m 9 jaar)  
17.15 – 18.30 uur (10 en 11 jaar)  
Locatie Sportpark Kastelenring, Sportparkweg 4, 2263  
SX Leidschendam  
Informatie Rob van der Veer, rob.vanderveer@ziggo.nl  
06-13739916

## DONDERDAG 20 SEPTEMBER

- ● ● **GSC Volleybal (6 – 70 jaar)**  
Tijd jeugd 17.30 uur, recreanten in overleg  
Locatie Sporthal Leidschenveen, Den Haag  
Inschrijven Gisela de Haan, jeugd@gscvolleybal.nl  
Bijzonderheden Graag contact van tevoren om een goede dag/  
tijd af te spreken.

## VRIJDAG 21 SEPTEMBER

- **VW Tafeltennis (55 jaar en ouder)**  
Tijd 10.00 – 14.00 uur (ook 28 september)  
Locatie Van Ruysdaellaan 93, Leidschendam  
Informatie Werff Thomas, werffthomas@yahoo.com  
06 – 348 820 36

- ● ● **Badmintonclub Voorburg (6 – 70 jaar)**  
Tijd Open dag! 16.30-17.30 uur: 6-10 jaar,  
17.30-18.30 uur: 10-14 jaar, 18.30-19.30 uur:  
14-18 jaar, 20.00-23.00 uur: volwassenen  
Locatie Sporthal Forum Kwadraat,  
De Vliegerlaan 2-4, Voorburg  
Informatie Helma, communicatie@badmintonvoorburg.nl  
06 – 290 929 80  
Bijzonderheden Sportkleding en zandschoenen meenemen.

## ZATERDAG 22 SEPTEMBER

- ● **Kendo Kai Den Haag Jodo en Laido  
(15 jaar en ouder)**  
Tijd Jodo: 10.00 – 11.30 uur,  
Laido: 11.30 – 13.00 uur  
Locatie Aart van der Leeuwkade 14, 2274 KX  
Voorburg (zijingang aan Louis Couperusstraat)  
Inschrijven Stan van Heerbeek, heerbeek@caiway.nl  
06 – 423 560 22

## Nationale Sportweek



- **Scouting Hubertus-Brandaan**  
**Outdoor activiteiten waterscouts (10 – 14 jaar)**  
Tijd 13.30 – 15.30 uur  
Locatie Clubgebouw Vliethof, Oosteinde 144  
Voorburg (bij RandstadRail)  
Informatie joris\_tijssen@hotmail.com, 06 - 55 52 20 21,  
b.g.g. 06 – 17 05 04 37  
Bijzonderheden o.a. kanovaren. Lekker naar buiten,  
op en rond de Vliet!

- **Scouting Pius XII Unieke mix van Sport en Spel  
(7 – 10 jaar)**  
Tijd 10.00 – 12.00 uur  
Locatie Prins Hendriklaan 30 Leidschendam  
(naast Leidschendamse speeltuin vereniging)  
Inschrijven Gillian Hulshof via info@scoutingpius12.nl  
070 – 320 30 40  
Bijzonderheden Ook welkom zonder aanmelding.

- **Scouting Pius XII Zeilen op de Kaag  
(10 – 16 jaar)**  
Tijd 12.00 – 18.00 uur  
Locatie Verzamelen om 12.00 uur op Prins  
Hendriklaan 30 Leidschendam (naast  
Leidschendamse speeltuin vereniging)  
Inschrijven Dennis de Korte via info@scoutingpius12.nl  
070 – 320 30 40. Vooraf aanmelden i.v.m.  
vervoer naar de Kaag.  
Bijzonderheden We gaan zeilen, roeien of wrikken.  
Ervaar hoe leuk scouting op het water is!

- **C.K.V. VEO Korfbal (groep 1 en 2)**  
Informatie zie woensdag 15 september

## ZONDAG 23 SEPTEMBER

- **VW Tafeltennis (18 jaar en ouder)**  
Tijd 10.00 – 12.00 uur  
Locatie Van Ruysdaellaan 93, Leidschendam  
Informatie Werff Thomas, werffthomas@yahoo.com  
06 – 348 820 36

- ● ● **Roeivereniging Rijnland Inlooproeien  
(voor iedereen vanaf 12 jaar)**  
Tijd 9.00 – 11.00 (elke zondag)  
Locatie Oostvlietweg 63, 2266 GN Leidschendam  
Informatie Liesbeth van Beemen, instructie@rvrijnland.nl  
06 – 429 511 22  
Bijzonderheden Zwemvaardigheid vereist.

## MAANDAG 24 SEPTEMBER

● ● ● **Tejima Sport** Judo, jiu-jitsu en karate (4 – 80 jaar)  
Tijd zie: [www.tejima-sport.nl](http://www.tejima-sport.nl)  
Locatie Westvlietweg 42 Den Haag  
Informatie Theo van Pomeran, [info@tejima-sport.nl](mailto:info@tejima-sport.nl)  
06 – 140 300 05

● **SEV** Voetbal (jongens en meisjes t/m 11 jaar)  
Tijd 17.30 – 18.30 uur (6 t/m 9 jaar)  
18.45 – 20.00 uur (10 en 11 jaar)  
Locatie Sportpark Kastelenring, Sportparkweg 4, 2263 SX Leidschendam  
Informatie Rob van der Veer, [rob.vanderveer@ziggo.nl](mailto:rob.vanderveer@ziggo.nl)  
06-13739916

## DINSDAG 25 SEPTEMBER

● **RMD Karateclub** Karate (7 – 12 jaar)  
Tijd 19.30 – 20.30 uur  
Locatie Leenkamp 11, Leidschendam  
Informatie Ruud Muller, [kyokushin@live.nl](mailto:kyokushin@live.nl)  
06 – 223 313 04  
Bijzonderheden Kom in T-shirt met trainingsbroek.

## WOENSDAG 26 SEPTEMBER

● ● ● **Tejima Sport** Judo, jiu-jitsu en karate (4 – 80 jaar)  
Tijd zie: [www.tejima-sport.nl](http://www.tejima-sport.nl)  
Locatie Westvlietweg 42 Den Haag  
Informatie Theo van Pomeran, [info@tejima-sport.nl](mailto:info@tejima-sport.nl)  
06 – 140 300 05

● **C.K.V. VEO** Korfbal (groep 3 t/m 6)  
Informatie zie woensdag 19 september

## DONDERDAG 27 SEPTEMBER

● ● **Kendo Kai Den Haag** Kendo (8 jaar en ouder)  
Tijd 20.00 – 22.00 uur  
Locatie Aart van der Leeuwkade 14, 2274 KX Voorburg (zij-ingang aan louis Couperusstraat)  
Inschrijven Stan van Heerbeek, [heerbeek@caiway.nl](mailto:heerbeek@caiway.nl)  
06 – 423 560 22

● **VW Tafeltennis** (jeugd tot 12 jaar)  
Tijd 15.30 – 16.30 uur  
Locatie Van Ruysdaellaan 93, Leidschendam  
Informatie Werff Thomas, [werffthomas@yahoo.com](mailto:werffthomas@yahoo.com)  
06-34882036

## VRIJDAG 28 SEPTEMBER

● **BC Orbiton** Badminton (18 jaar en ouder)  
Tijd 20.00 – 22.00 uur  
Locatie Sporthal Essesteijn, Voorburg  
Inschrijven Frank Jansen, [bestuur@orbiton.nl](mailto:bestuur@orbiton.nl)  
06 – 289 332 93  
Bijzonderheden Rackets zijn aanwezig.  
Elke vrijdag kan je proef trainen.

## ZATERDAG 29 SEPTEMBER

● **BC Orbiton** Badminton (6 – 18 jaar)  
Informatie Zie zaterdag 15 september.

● ● **Kendo Kai Den Haag** Jodo, Laido en Kendo (vanaf 8 jaar)  
Tijd Jodo (vanaf 15 jaar): 10.00 – 11.30 uur,  
Laido (vanaf 15 jaar): 11.30 – 13.00 uur,  
Kendo (vanaf 8 jaar): 13.30 – 15.30 uur  
Informatie Locatie en inschrijven zie zat. 22 september

● **Scouting Hubertus-Brandaan**  
Outdoor activiteiten waterscouts (10 – 14 jaar)  
Tijd 13.30 – 15.30 uur  
Informatie Locatie en inschrijven zie zat. 22 september

## ZONDAG 30 SEPTEMBER

### SENIORENDAG SPORT EN CULTUUR

● **Sport en Welzijn** (50 jaar en ouder)  
Tijd 12.00 – 15.45 uur  
Locatie Sporthal De Fluit, Leidschendam  
Inschrijven Joyce van der Sloot, 06 – 348 800 26  
[Joyce.vanderSloot@senw-lv.nl](mailto:Joyce.vanderSloot@senw-lv.nl)  
Informatie: [www.senw-lv.nl/ouderen](http://www.senw-lv.nl/ouderen)  
Bijzonderheden Keuze uit meerdere sporten en creatieve workshops. Gratis toegang, aanmelden verplicht.



@SenWLV



@senw\_lv



@SenW Leidschendam-Voorburg



@SenWLV

#NSW2018 #BEACTIVE #SENWLV



# SPORTSTRIPPENKAART

## Leidschendam-Voorburg

Op zoek naar een nieuwe sport? Of wil je een sport van vroeger weer eens oppakken? Dit is je kans! Met de Sportstrippenkaart mag je vier sporten uitproberen bij meer dan 40 sportverenigingen in Leidschendam-Voorburg.

*Voor alle leeftijden, gewoon gratis!*