

# Open dag

**Maak kennis met diverse sporten!**

- **Zondag 26 september**  
**11:00 - 15:00**  
**Laan naar Eme**
- **Informatiepunt voor de IJsselslag!**
- **Extra entertainment:**
  - **Springkussen naast de IJsselslag**
  - **Jeugdweilorkest kleintje Spul(t)**



Honden centrum



Voetbal



Zwemmen & Waterpolo



Zwemmen



Bootcamp



Judo



Hockey



Reuma vereniging



Beach Volleybal



Korfbal



Duurzaamheidscentrum



Mountainbike

# Open dag

## Het programma:



- 11:00 Demo Dog Dance
- 11:45 Demo Hoopers
- 12:30 Demo Balans en Coördinatie
- 13:30 Demo Dog Dance
- 14:15 Demo Hoopers



- Doelgroep: van 6 t/m 100 jaar. Iedereen welkom.
- De hele dag worden er clinics gegeven.
- Beachvolleybal en beachvoetvolleybal



- Deelname €2,50 euro per persoon
- Reuma Vereniging  
11:00 - 12:00 Demonstratie van eigen les
- De IJsselmeeuwen  
12:00 - 12:30 Wedstrijdzwemmen clinic 6 tot 15 jaar  
12:30 - 13:00 Waterpolo clinic 6 tot 15 jaar
- IJsselslag  
13:00 - 13:15 AquaRobic clinic  
13:15 - 13:30 AquaZwanger clinic  
13:30 - 13:45 Aqua joggen clinic  
13:45 - 14:00 AquaBootcamp clinic  
14:00 - 15:00 Recreatief zwemmen in beide baden



Reuma patiënten vereniging  
Zutphen e.o.



- Diverse hockey-clinics  
11:00 - 12:00  
12:15 - 13:15  
13:30 - 14:30
- Om 11:00 en om 13:00 spelen Heren Veteranen thuis wedstrijden



DE KAADEBOL  
Zutphen

- 11:00 tot in iedergeval 15:00 huiskamer om even te relaxen



- Tussen 11:00 - 14:45 zijn onze trainers aanwezig om bij voldoende belangstelling diverse voetbal-clinics te verzorgen voor jong en oud.



- 11:00 - 12:00  
Total Body Bootcamp
- 12:00 - 13:00  
Booty Bootcamp & Core bootcamp
- 13:00 - 14:00  
HIIT Bootcamp
- 14:00 - 15:00  
vrije training



- 11:00 - 12:30 kennismaken korfbal
- 12:30 - 14:00 wedstrijden jeugd bekijken
- 14:00 - 15:00 kennismaken korfbal



- 11:00-11:45  
Tuijmeljudo 2,5 tot 5 jaar
- 12:00-12:45  
Jeugdjudo 5 tot 12 jaar
- 13:00-13:45  
Junioren 12 tot 18 jaar
- 14:00-14:45  
Senioren (18+)



- Frans-Peter Dechering en Jeroen Beumer verzorgen een clinic op de MTB baan.
- 11:00 eerste clinic op de MTB baan
- 12:30 tweede clinic op de MTB baan