

Kalender

JANUARI - APRIL 2022



MEETJESLAND



Sportclub Boezjeern is een omnisportclub met laagdrempelig beweeg- en sportaanbod. Iedereen is welkom in de sportclub maar er is aandacht voor mensen met een psychische, lichamelijke, sociale,... kwetsbaarheid.

De sportclub heeft een divers aanbod waarbij deelnemers gevraagd worden om lid te worden van de sportclub om deel te nemen aan het vaste aanbod.

Daarnaast is er een open aanbod, waarbij nieuwe sporten uitgetoetst worden. Hier is iedereen welkom, ook wie geen lid is van de sportclub.

BASISAANBOD

Alle leden van Boezjeern kunnen deelnemen aan het basisaanbod. Je hoeft niet vooraf in te schrijven en je komt als je zin hebt.

Tafeltennis

We spelen recreatief onder mekaar, iedereen speelt op zijn niveau. Paletten en balletjes zijn voorzien. Op maandag van 14u tot 15u in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Zumba

Zumba is een fitnessprogramma dat is gebaseerd op Latijns-Amerikaanse dans, zoals de salsa. Laat je meevoeren op de golven van de muziek. Van 15u tot 16u in de Stedelijke Sporthal, B. L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Minivoetbal

Elke week komen we samen. We trainen en spelen een vriendschappelijke match met wie er is. Af en toe nemen we deel aan een voetbaltoernooi. Materiaal voor voetbal is aanwezig. Elke maandagnamiddag van 14u tot 15u in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Zwemmen

Twee keer per maand gaan we samen zwemmen. Telkens op vrijdag van 15u30 tot 16u30. Afspraak om 15u15 aan de kassa van het zwembad, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Wandelen

Verrassingswandelingen:

De eerste woensdag van de maand staat er een lange wandeling op het programma van maximum 8 km. We vertrekken om 9u30 stipt aan Wijkcentrum De Kring. De derde woensdag van de maand maken we een korte verrassingswandeling van maximum 4 km. We vertrekken 10u stipt aan Wijkcentrum De Kring. De plaatsen zijn beperkt dus wees snel om je plaatsje te reserveren bij Mart op het nummer 0465/00.60.92.

Wandelen in Het Leen:

De tweede en vierde dinsdag van de maand gaan we wandelen in Het Leen, maximum 5km. De vierde dinsdag worden we vergezeld door Jan Vertriest die ons iets meer verteld over bomen, planten, dieren,...We spreken af om 13u30 aan de bankjes ter hoogte van de cafetaria. Gentsesteeweg 80, Eeklo.

Grenstocht in Sint Laureins

Ontdek het rustgevende landschap langs rustige wegen en veldwegen. We spreken af om 9u stipt in het wijkcentrum. We wandelen samen 4km. Schrijf je snel in want de plaatsen zijn beperkt!

Bewegingsuurtje

Tijdens het bewegingsuurtje doen we rustige spierversterkende- en lenigheidsoefeningen. Voor wie graag op een rustige manier wat meer wil bewegen. Iedereen neemt deel naar eigen mogelijkheden. Op donderdag van 14u30 tot 15u30 in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Volleybal

Opslaan, toetsen, onderhands spelen,... we leren het allemaal! We spelen een vriendschappelijke match. Elke vrijdag van 15u30 tot 16u30 in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Badminton

We spelen een uurtje recreatief badminton. Raketten en pluimpjes zijn aanwezig! Elke donderdag van 15u30 tot 16u30 in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Mölkky / Cornhole

Mölkky is een Fins werpspel waarbij spelers naar 12 genummerde houten paaltjes werpen. Je scoort de punten op één omgegooid paaltje of voor het aantal omgegooid paaltjes. Wie het eerst exact 50 punten haalt, wint.

Cornhole is een werpspel waar je in teams van twee personen stoffen zakjes gevuld met maïs in het gat van een plank probeert te gooien. Een grote hype in Amerika die wij ook graag eens uitproberen! Elke vrijdag van 14u tot 15u30 in Wijkcentrum De Kring, Zuidmoerstraat 136/8, Eeklo.



Ontdek en like ons ook op facebook.



CAFÉ SPORT

De activiteiten onder Café Sport staan voor iedereen open, ook wie geen lid is van de sportclub. We proberen nieuwe sporten uit. Iedereen neemt deel naar eigen mogelijkheden. Je hoeft niet in te schrijven en alle activiteiten zijn gratis.

Maandag 17 januari: Handbal

We leren de techniek van het handbal en spelen een match. Van 15u tot 16u in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Maandag 14 februari: Wandelvoetbal

Voetbal op een rustigere manier want je mag niet lopen. Een uitdaging voor iedereen!
Van 15u tot 16u in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Maandag 21 maart: Mace

Het is een krachttraining die je lichamenlijk prikkelt, maar mentaal tot rust brengt. Het brengt balans in je lichaam die je zowel fysiek als geestelijk kan ervaren door verbeterde stabiliteit. Van 15u tot 16u in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

Maandag 25 april: Relaxatie met behulp van Klankschalen

Een klankschaal-relaxatie kan je helpen om je volledig te ontspannen en in één-KLANK te komen met jezelf. De trillingen die Tibetaanse klankschalen voortbrengen, raken niet alleen het oor, maar beroeren al je zintuigen. Van 15u tot 16u in de Stedelijke Sporthal, B.L. Pussemierstraat 157, Eeklo.

OMRUILVOORDEEL UITPAS: BOWLING

Op donderdag 24 februari en donderdag 28 april gaan we bowlen!

Ruil 10 UiTPAS-punten om en ga gratis mee!

Heb je onvoldoende UiTPASpunten?

- 4 euro of 1 euro met UiTPAS met kansentarif of gelijkgesteld voor leden van Sportclub Boezjeern.
- 5 euro of 1,25 euro met UiTPAS met kansentarif of gelijkgesteld voor wie geen lid is van de sportclub.



We spelen één spelletje bowling.
Afspraak om 19u aan Yeti,
Leopoldlaan 60, Eeklo.

Inschrijven voor maandag 21 februari en voor maandag 25 april. Laat vooraf weten indien vervoer een probleem is.

WERKGROEP BOEZJEERN

In de werkgroep Boezjeern denken we samen na hoe de leden van de sportclub iets kunnen doen in de organisatie van activiteiten of mee nadenken in het bestuur van de club. Iedereen is welkom om mee na te denken, ook als je zelf verder niets wilt doen.

Wil je zelf graag iets in doen in de sportclub? Iets mee organiseren in de club of mee beslissingen nemen? Wil je weten hoe alles binnen de club beslist of georganiseerd wordt?

Dit jaar werken we hiervoor samen met Ligo.

10 januari, 7 februari en 28 maart telkens om 15u in het Sportpark.

In februari starten we in samenwerking met Marijn van Ligo een reeks van vijf bijeenkomsten: "Communicatie: ik en de ander". Wil je ontdekken hoe jij met anderen communiceert. Of hoe anderen in het algemeen met elkaar omgaan? En hoe je dit positief kan bijsturen?
Meer info of inschrijven kan via Nancy.



Deze activiteiten worden door de sportdienst georganiseerd. Voor verdere inlichtingen over de lessenreeksen kan je terecht bij de sportdienst op het nummer 09 377 61 27 of bij Lien en Nancy op het nummer 0468 16 62 73.

Zwemmen voor volwassenen

Zwemmen is ontspannend, maakt je spieren sterker en is niet belastend voor het lichaam. Het heeft dus niets dan voordelen voor je gezondheid en welzijn.

Wilde je altijd al leren zwemmen maar durfde je nooit de stap te zetten? Of wil je graag je zwemstijl verbeteren? Aarzel dan niet en schrijf nu in voor deze lessenreeks!

Groep 1: Leren zwemmen (in een kleine groep overwin je watervrees en leer je de eerste zwemslagen aan)

Groep 2: Zwemvervolmaking (voor wie beter wilt leren zwemmen of een nieuwe zwemstijl wilt aanleren)

Kostprijs: €44 of €11 met UITPAS met kansentariaf voor 11 lessen.

Deze lessenreeks gaat door op dinsdag van 11 januari tot 29 maart van 15u30 tot 16u30.

Start inschrijvingen: 1 december

Tai chi voor beginners en gevorderden

Tai Chi is van oorsprong een Chinese krijgskunst die nu vooral beoefend wordt als een ontspannende bewegingskunst en gezondheidstraining. Het zorgt voor ontspanning en meer voeling met je lichaam.

Tai Chi is geschikt voor iedereen, jong en oud, met of zonder conditie.

Basisgroep:

Deze lessenreeks gaat door op dinsdag van 18 januari tot 29 maart van 18u tot 19u. Er is een gratis proefles op dinsdag 11 januari van 18u tot 19u, op voorhand inschrijven.

Tai Chi intensief

Deze lessenreeks gaat door op dinsdag van 18 januari tot 29 maart van 19u tot 20u.

Kostprijs: €50 of €12.50 met UITPAS met kansentariaf voor 10 lessen.

Start inschrijvingen: 1 december



50+Gym

Tijdens deze gevarieerde en toffe groepsles train je samen met leeftijdsgenoten kracht, lenigheid en coördinatie. Zo blijf je fit & vitaal, voorkom je dat spieren en gewrichten verstijven én houd je je gewicht beter onder controle.

Kostprijs: €55 of €13,75 met UITPAS met kansentariaf voor 11 lessen.

Deze lessenreeks gaat door op maandag van 10 januari tot 28 maart van 15.30 - 16.30 uur.

Start inschrijvingen: 1 december

Krachtraining voor beginners

Het stevig trainen van je spieren is een boost voor je gezondheid. Het zorgt ervoor dat je gewone, alledaagse taken veel makkelijker en soepeler kan uitvoeren. Je wordt sterker en je figuur verbetert!

Het Sportpark beschikt over een krachtrainingszaal met toestellen om de verschillende spiergroepen te trainen. Speciaal voor beginners organiseren we een lessenreeks om deze toestellen op een correcte manier te leren gebruiken en om uw spierkracht geleidelijk aan op te bouwen.

Kostprijs: €44 of €11 met UITPAS met kansentariaf voor 11 lessen

De lessenreeks gaat door op woensdag van 12 januari tot 30 maart van 10u30 tot 11u30.

Start inschrijvingen: 1 december.





Januari

Woensdag 5	9u30	■ Lange verrassingswandeling
Maandag 10	14u	■ Minivoetbal
Maandag 10	14u	■ Tafeltennis
Dinsdag 11	13u30	■ Wandelen in Het Leen
Dinsdag 11	15u	■ Werkgroep
Donderdag 13	14u30	■ Bewegingsuurtje
Donderdag 13	15u30	■ Badminton
Vrijdag 14	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 14	15u30	■ Volleybal
Maandag 17	14u	■ Minivoetbal
Maandag 17	14u	■ Tafeltennis
Maandag 17	15u	■ Café Sport: Handbal
Woensdag 19	10u	■ Korte verrassingswandeling
Donderdag 20	15u30	■ Badminton
Vrijdag 21	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 21	15u30	■ Volleybal
Vrijdag 21	15u30	■ Zwemmen
Maandag 24	14u	■ Minivoetbal
Maandag 24	14u	■ Tafeltennis
Dinsdag 25	13u30	■ Wandelen in Het Leen met Jan
Donderdag 27	14u30	■ Bewegingsuurtje
Donderdag 27	15u30	■ Badminton
Vrijdag 28	14u	■ Nieuwjaarsfeestje
Maandag 31	14u	■ Minivoetbal
Maandag 31	14u	■ Tafeltennis
Maandag 31	15u	■ Zumba

Februari

Woensdag 2	9u30	■ Lange verrassingswandeling
Donderdag 3	15u30	■ Badminton
Vrijdag 4	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 4	15u30	■ Volleybal
Vrijdag 4	15u30	■ Zwemmen
Maandag 7	14u	■ Minivoetbal
Maandag 7	14u	■ Tafeltennis
Maandag 7	15u	■ Werkgroep
Dinsdag 8	13u30	■ Wandelen in Het Leen
Donderdag 10	14u30	■ Bewegingsuurtje
Donderdag 10	15u30	■ Badminton
Vrijdag 11	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 11	15u30	■ Volleybal
Maandag 14	14u	■ Minivoetbal
Maandag 14	14u	■ Tafeltennis
Maandag 14	15u	■ Café Sport: Wandelvoetbal
Woensdag 16	10u	■ Korte verrassingswandeling
Donderdag 17	15u30	■ Badminton
Vrijdag 18	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 18	15u30	■ Volleybal
Vrijdag 18	15u30	■ Zwemmen
Maandag 21	14u	■ Minivoetbal
Maandag 21	14u	■ Tafeltennis
Dinsdag 22	13u30	■ Wandelen in Het Leen met Jan
Donderdag 24	14u30	■ Bewegingsuurtje
Donderdag 24	15u30	■ Badminton
Donderdag 24	19u	■ Bowling
Vrijdag 25	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 25	15u30	■ Volleybal



Ontdek en like ons
ook op facebook.



Maart

Woensdag 2	9u30	■ Lange verrassingwandeling
Maandag 7	14u	■ Minivoetbal
Maandag 7	14u	■ Tafeltennis
Maandag 7	15u	■ Zumba
Dinsdag 8	13u30	■ Wandelen in Het Leen
Donderdag 10	15u30	■ Badminton
Vrijdag 11	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 11	15u30	■ Volleybal
Vrijdag 11	15u30	■ Zwemmen
Maandag 14	14u	■ Minivoetbal
Maandag 14	14u	■ Tafeltennis
Woensdag 16	10u	■ Korte verrassingswandeling
Donderdag 17	14u30	■ Bewegingsuurtje
Donderdag 17	15u30	■ Badminton
Vrijdag 18	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 18	15u30	■ Volleybal
Maandag 21	14u	■ Minivoetbal
Maandag 21	14u	■ Tafeltennis
Maandag 21	15u	■ Café Sport: Mace
Dinsdag 22	13u30	■ Wandelen in Het Leen met Jan
Donderdag 24	15u30	■ Badminton
Vrijdag 25	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 25	15u30	■ Volleybal
Vrijdag 25	15u30	■ Zwemmen
Zaterdag 26	9u	■ Grenstocht Sint Laureins
Maandag 28	14u	■ Minivoetbal
Maandag 28	14u	■ Tafeltennis
Maandag 28	15u	■ Werkgroep
Donderdag 31	14u30	■ Bewegingsuurtje
Donderdag 31	15u30	■ Badminton

April

Woensdag 6	9u30	■ Lange verrassingswandeling
Woensdag 20	10u	■ Korte verrassingswandeling
Donderdag 21	14u30	■ Bewegingsuurtje
Donderdag 21	15u30	■ Badminton
Vrijdag 22	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 22	15u30	■ Volleybal
Maandag 25	14u	■ Minivoetbal
Maandag 25	14u	■ Tafeltennis
Maandag 25	15u	■ Café Sport: Relaxatie mbh klankschalen
Dinsdag 26	13u30	■ Wandelen in Het Leen met Jan
Donderdag 28	15u30	■ Badminton
Donderdag 28	19u	■ Bowling
Vrijdag 29	14u	■ Mölkky / Cornhole
Vrijdag 29	15u30	■ Volleybal
Vrijdag 29	15u30	■ Zwemmen



OPGELET!

In de nieuwe sporthal mag je enkel nog sporten met schoenen waarmee je niet buiten komt!
Breng telkens een paar sportieve schoenen mee naar de sporthal!





Interesse in één of meerdere sporten?

Lid worden voor **3 maanden**
kan voor **€10** of **€2,5** met UITPAS met kansentarif of gelijkgesteld.
Hierbij is de verzekering inbegrepen.

Woon je niet in Eeklo en heb je een verhoogde tegemoetkoming, zit je in schuldbeheer of collectieve schuldenregeling of heb je een bewijs van laag inkomen van het OCMW, dan kan je ook van het verminderd tarief genieten. Je betaalt dan de prijzen voor wie gelijkgesteld is.

Mutualiteiten betalen tot €15 terug per jaar voor het aansluiten bij een sportclub. Je krijgt hiervoor een attest. Je kan gratis aan twee proeflessen deelnemen.

Bij interesse, vragen of voor inschrijving kan je naar een wekelijkse sportactiviteit komen of neem contact op met Lien of Nancy. Inschrijven kan ook in het onthaal van Wijkcentrum De Kring.

Bij deelname aan een activiteit kan je een UITPASpunt sparen.

Wil je een andere sport doen in de buurt en weet je niet waar je terecht kan? Wil je weten op welke kortingstarieven je recht hebt? Kom langs op woensdagnamiddag of neem contact op voor meer uitleg!

Je vindt ons in:

Wijkcentrum De Kring
Zuidmoerstraat 136/8
9900 Eeklo
09 378 61 69
Gsm 0468/16 62 73
boezjeern@gmail.com
sportclubboezjeern.wordpress.com

