



ROERMONDSE SPORTZOMER

20 24





LEEFTIJDSCATEGORIEËN



0-4 jaar



4-12 jaar



Jongeren
(12 tot 25 jaar)



Volwassenen
(25 tot 55 jaar)



Senioren
(55+)

SPORTZOMER 2024

Dit jaar is maar liefst de 6de editie van de Roermondse Sportzomer. Deze zomervakantie is wederom gevuld met leuke, sportieve en gezellige activiteiten voor jong en oud. En deelname is geheel GRATIS. Hoe tof is dat!

Van 8 juli tot 18 augustus staan 35 aanbieders klaar om de zomer nog leuker te maken. Kom meedoen met bijvoorbeeld de urban ochtend of liever toch één van de andere activiteiten. Het kan allemaal! Alle informatie over de activiteiten is in deze pocket gids te vinden.

Ga naar www.roermondsport.nl en schrijf je snel in. Want vol = vol. Vergeet ook niet onze social media in de gaten te houden. Hier zie je niet alleen leuke foto's van de activiteiten, maar wijzigingen in het programma worden via deze kanalen kenbaar gemaakt.

Wij zijn er weer klaar voor en het rest ons alleen nog het startsein te geven: 3...2...1 LAAT DE ROERMONDSE SPORTZOMER 2024 BEGINNEN!

Team Sportservice Roermond



Mensen met
een beperking
(MMB)

week
28

1^{ste} week zomervakantie

**maandag
8 juli**

TIJDSTIP:
09.00 - 11.00 uur

LOCATIE:
Zwembad de
Roerdomp
Achilleslaan 2C
Roermond



IRONKIDS CLINIC

Op 14 september wordt de City Triathlon georganiseerd, met een supertoffe kids editie. Om kinderen kennis te laten maken met deze sport, kunnen alle kinderen van 7 t/m 12 jaar deelnemen aan dit mooie sportevenement. Er wordt gestart met zwemoefeningen in het buitenbad van Zwembad de Roerdomp. Vervolgens wordt er buiten het zwembad getraind met fietsen en hardlopen.

VOOR WIE? 7 t/m 12 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Zorg zelf voor: fiets, sport- en zwemkleding.
- Ben je in het bezit van een helm, neem deze dan mee.
- Zwemdiploma (minimaal A) verplicht.
- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



maandag 8 juli

TIJDSTIP:

10.00 - 12.00 uur

LOCATIE:

Turks cultureel
centrum
Achilleslaan 8
Roermond



WANDELTOCHT

Heb jij Gemeente Roermond altijd al eens te voet willen ontdekken? Dan is dit je kans! Elke maandag staat er een wandeling van ongeveer 5 kilometer op het programma. We vertrekken iedere week vanuit een andere locatie en laten je genieten van de mooiste wandelroutes. Naast de wandeling is er ook de gelegenheid om vooraf en achteraf een kopje koffie te drinken. Dus trek je wandelschoenen aan en loop gezellig mee.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



dinsdag 9 juli

TIJDSTIP:

10.00 - 10.00 uur

LOCATIE:

Sporthal
Donderberg
Donderbergweg 36
Roermond



PEUTERGYM

Voor jonge kinderen is het erg belangrijk om op speelse wijze te gymmen. Tijdens de peutergym lessen worden kinderen in de leeftijd van 2-4 jaar uitgedaagd om verschillende grondvormen van bewegen toe te passen. Spelenderwijs gaan ze verschillende obstakels en situaties langs om zo de motorische vaardigheden te verbeteren en te trainen.

VOOR WIE? 2 t/m 4 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- LET OP: bij deze les is het noodzakelijk dat een ouder/verzorger van 18+ meeloopt met het kind.
- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl

week
28

1^{ste} week zomervakantie

dinsdag
9 juli

TIJDSTIP:
10.⁰⁰ - 11.⁰⁰ uur

LOCATIE:
Sporthal
Donderberg
Donderbergweg 36
Roermond



KENNISMAKINGSLES TURNEN

Rollen, duikelen, zwaaien en springen. Is dat wat jou gelukkig maakt? Kom dan een keertje meedoen bij het recreatief turnen. Je leert verschillende vormen van het turnen tijdens deze les.

VOOR WIE? 6 t/m 8 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondssport.nl.



dinsdag
9 juli

TIJDSTIP:

10.00 - 11.00 uur

LOCATIE:

CrossFit
De Hanze 26-28
Roermond



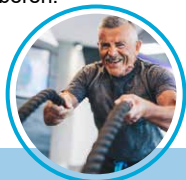
CROSSFIT

CrossFit is voor iedereen, ongeacht je postuur, leeftijd, of sportieve achtergrond. Of je nu groot of klein bent, jong of oud(er), dik of dun, een atleet, recreant of sportliefhebber. Het doel van CrossFit is het verbeteren van je algemene fitheid en je voorbereiden op allerlei fysieke uitdagingen die je in het dagelijks leven kunt tegenkomen. Bij CrossFit werk je op je eigen niveau en tempo aan jouw persoonlijke doelen. Altijd afgevraagd waar CrossFit beoefenaars het over hebben? Kom het nu een keer proberen!

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



dinsdag
9 juli

TIJDSTIP:

11.00 - 12.00 uur

LOCATIE:

The Movement
Slachthuis-
straat 111
Roermond



DRAAGZAKDANSEN

Wil je samen met je baby op een laagdrempelige manier heerlijk ontspannen en dansen? Dan is de babydans activiteit met draagzak of draagdoek perfect voor jullie! Tijdens deze sessie zullen we al dansend genieten van een heerlijke tijd samen.

VOOR WIE? ouders met kinderen.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



dinsdag
9 juli

TIJDSTIP:

11.00 - 12.30 uur

LOCATIE:

The Padellers
Elmpteweg 46
Roermond



PADELLEN

Padel is de snelst groeiende sport in Nederland. Padel is voor alle niveaus en daarmee zeer toegankelijk voor iedereen. Voor jong en oud, ervaren en onervaren: bij The Padellers kun je terecht voor een onvergetelijke sportervaring. Altijd al eens willen proberen? Schrijf je dan snel in voor deze activiteit en spelen maar!

VOOR WIE? 16 t/m 25 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.

week
28

1^{ste} week zomervakantie

woensdag
10 juli

TIJDSTIP:
10.⁰⁰ - 12.³⁰ uur

LOCATIE:
Sporthal
Jo Gerris
Achilleslaan 2A
Roermond



STREETCULTURE OCHTEND

Samen met verschillende urban professionals uit de Roermondse urban scène ga je deze ochtend aan de slag! Je kunt uit 5 verschillende activiteiten kiezen om te proberen. Houd je ervan om coole tricks te leren? Dan is freerunning dé sport voor jou! Minded Motion neemt jou bij de hand en helpt je met de grondbegin-selen van deze toffe sport. Of misschien zet je liever je wereld op zijn kop en volg je een workshop break-dance. Eddie Claessens van de Muziekloodz zegt "Hit it!". Doe mee aan zijn workshop Samba Beats en laat de grond trillen terwijl je samen met anderen te gekke percussieritmes leert spelen! Toch liever je basketbal skills verbeteren? Schrijf je dan in voor een clinic. Tot slot, beschik jij over een gezonde dosis lef en doorzettingsvermogen? Dan krijg je deze dag de kans om te gaan BMX'en. Ben jij er bij?

VOOR WIE? 8 t/m 14 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



donderdag
11 juli

TIJDSTIP:

09.⁰⁰ - 10.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Zwembad de
Roerdomp
Achilleslaan 2C
Roermond



BABYZWEMMEN

Deze activiteit maakt het mogelijk om samen met je baby of peuter te zwemmen. Dit kan al als jouw baby acht weken oud is. Alle activiteiten worden begeleid door een ervaren zweminstructeur van Zwembad de Roerdomp. Met behulp van liedjes en spelletjes in een vriendelijke sfeer geniet je samen met je baby of peuter van het water.

VOOR WIE? 0 t/m 4 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



donderdag
11 juli

TIJDSTIP:

10.⁰⁰ - 11.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Parkje Hattem
Maastrichterweg 25
Roermond



GOLDENSPORTS

GoldenSports is hét beweegconcept speciaal ontworpen voor 55-plussers waarbij plezier en bewegen centraal staan. GoldenSports staat voor: wekelijkse trainingen, laagdrempelig, in de buurt, zonder verplichtingen, per keer betalen, professionele begeleiding, ondersteuning door vrijwilligers én buiten in de openbare ruimte. De trainingen zijn geschikt voor ieder niveau, of je nu een ervaren sporter bent of net begint.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.





week
28

1^{ste} week zomervakantie

donderdag
11 juli

TIJDSTIP:
10.00 - 11.00 uur

LOCATIE:
CrossFit
De Hanze 26-28
Roermond



CROSSFIT

CrossFit is voor iedereen, ongeacht je postuur, leeftijd, of sportieve achtergrond. Of je nu groot of klein bent, jong of oud(er), dik of dun, een atleet, recreant of sportliefhebber. Het doel van CrossFit is het verbeteren van je algemene fitheid en je voorbereiden op allerlei fysieke uitdagingen die je in het dagelijks leven kunt tegenkomen. Bij CrossFit werk je op je eigen niveau en tempo aan jouw persoonlijke doelen. Altijd afgevraagd waar CrossFit beoefenaars het over hebben? Kom het nu een keer proberen!

VOOR WIE? 25+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondssport.nl.



vrijdag 12 juli

TIJDSTIP:

09.¹⁵ - 10.⁰⁰ uur

LOCATIE:

BodyWork
Sportstudio
Kapellerlaan 50
Roermond



DREUMESGYM

Kruipt jouw kindje ook door het hele huis? Kom eens naar de Dreumesgym! We zingen liedjes en bewegen op muziek. We rollen, tijgeren en kruipen over zachte materialen en spelen met diverse kleine materialen.

VOOR WIE? 0 t/m 1,5 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



vrijdag 12 juli

TIJDSTIP:

10.⁰⁰ - 10.⁴⁵ uur

LOCATIE:

BodyWork
Sportstudio
Kapellerlaan 50
Roermond



PEUTERGYM

Klimmen en klauteren, rennen en dansen, ballen en springen. Is dit iets voor jouw kind, kom dan naar de peutergym!

Bewegen is de basis voor een kind. Goed leren bewegen doe je bij peutergym Roermond.

VOOR WIE? 1,5 t/m 4 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



vrijdag 12 juli

TIJDSTIP:

judo:
10.⁰⁰ - 11.⁰⁰ uur

boksfit:

11.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Hei-Sei-Do
De Gevaren 20
Swalmen



VERDEDIGINGSSPORTEN

Hei-Sei-Do Sport biedt een clinic judo en een clinic boksfit aan.

De judo clinic richt zich vooral op kinderen in de leeftijd van 6 t/m 12 jaar, waar de ouders ook aan mee kunnen doen. Superleuk om samen te doen!

Boksfit is vanaf 10 jaar en is een heerlijke uitlaatklep. Het kost veel energie en ze kunnen lekker stoten tegen een boksak.

VOOR WIE? 4 t/m 12 jaar én hun ouders!.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.

week
29

2^{de} week zomervakantie

maandag
15 juli

TIJDSTIP:
10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:
Marokkaanse
Moskee
St. Wirosingel 50
Roermond



WANDELTOCHT

Heb jij Gemeente Roermond altijd al eens te voet willen ontdekken? Dan is dit je kans! Elke maandag staat er een wandeling van ongeveer 5 kilometer op het programma. We vertrekken iedere week vanuit een andere locatie en laten je genieten van de mooiste wandelroutes. Naast de wandeling is er ook de gelegenheid om vooraf en achteraf een kopje koffie te drinken. Dus trek je wandelschoenen aan en loop gezellig mee.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



maandag
15 juli

TIJDSTIP:

2 t/m 4 jaar:
15.³⁰ - 16.¹⁵ uur

4 t/m 8 jaar:
16.³⁰ - 17.³⁰ uur

LOCATIE:

Studio Luz
Bredeweg 10
Roermond

WOBBELYOGA

Wobbelyoga is uitdagend voor jong en oud. Op de wobbel (het balansbord) word je uitgedaagd om oefeningen uit te voeren en de snelheid van de bewegingen de baas te zijn. Of kom door het ritmisch schommelen even tot rust. Bewegen, ontdekken en ontladen is wat je in deze les mag doen. De wobbel laat je ervaren dat balans, flexibiliteit en lichaamscontrole van je wordt gevraagd. Met een glimlach stap jij van de wobbel af. Kom je ook?

VOOR WIE? 2 t/m 4 jaar en 4 t/m 8 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

• Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



dinsdag
16 juli

TIJDSTIP:

09.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:

't Paradijs
Munsterstraat 61
Roermond

KENNISMAKING MET BIJARTEN

Heb je altijd al een keer willen leren biljarten? Dan is dit je kans! In een paar uurtjes tijd wordt je klaargestoomd tot biljarter.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

Aanmelden is verplicht
via www.roermondsport.nl.



dinsdag
16 juli

TIJDSTIP:

10.¹⁵ - 11.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Café zaal
De Schuur
Hoofdstraat 2
Herten

PEUTER-OUDERDANS

Dansles voor peuters vanaf 2 jaar samen met mama/papa of opa/oma. We duiken met zijn alle de fantasiewereld in van het jonge kind. Zo gaan we dansen rondom een thema met verschillende attributen en swingende muziek. Een super leuke les met veel dansplezier en quality time met je kind.

VOOR WIE? 2 t/m 4 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

• Aanmelden is verplicht
via www.roermondsport.nl.



week
29

2^{de} week zomervakantie

woensdag
17 juli

TIJDSTIP:

7 t/m 12 jaar:
17.⁰⁰ - 18.⁰⁰ uur

13 t/m 18 jaar:
18.⁰⁰ - 19.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Bredeweg 10
Roermond
1^{ste} gebouw aan
de rechterkant
op het terrein
van Weerstand.



AERIAL SKILLS

Bij Aerials Gym leer je luchtacrobatiek in 2 lange doeken, zoals je wellicht kent uit het circus of van programma's als Holland's got Talent. Meedoen kan v.a. 7 jaar, graag een lange sportlegging/broek dragen zonder knopen of ritsen, en een gewoon t-shirt. Aerial skills beoefen je verder op blote voeten.

VOOR WIE? 7 t/m 12 jaar en 13 t/m 18 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondssport.nl.



donderdag
18 juli

TIJDSTIP:

10.00 - 11.00 uur

LOCATIE:

Bibliotheek
Bibliorura
Neerstraat 11
Roermond



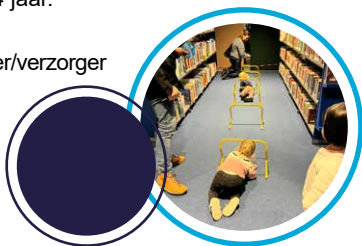
INTERACTIEF VOORLEESAVONTUUR

Heb jij het al gehoord? Eekhoorn is op zoek naar vriendjes om mee te spelen. Kom naar de bibliotheek voor een interactief voorleesavontuur voor ouder en kind. Samen luisteren we naar het verhaal van Eekhoorn en vervolgens gaan we zelf actief aan de slag!

VOOR WIE? 2 t/m 4 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Er dient een ouder/verzorger aanwezig te zijn



donderdag
18 juli

TIJDSTIP:

20.00 - 21.00 uur

LOCATIE:

Beaver Creek
De Weerd 150
Roermond



WAKEBOARDEN EN WATERSKIËN

Beaver Creek is een familie-vriendelijke wakeboardfaciliteit in Roermond. Voor beginners tot aan wakeboard pro's. Het park is ontworpen voor alle vaardigheidsniveaus. Tijdens de Roermondse Sportzomer kun jij ervaren hoe tof het is om te wakeboarden, kneeboarden of waterskiën.

VOOR WIE? 13 t/m 18 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl
- Zwemdiploma A en B verplicht.
- Tijdens het watersporten is het dragen van een zwemvest verplicht, dit wordt door de organisatie verzorgd.
- Parkeerkosten van €2,- bij Beaver Creek is voor eigen rekening.



week
29

2^{de} week zomervakantie

vrijdag
19 juli

TIJDSTIP:

10.⁴⁵ - 13.¹⁵ uur
10.⁴⁵ uur: inloop
11.⁰⁰ uur: start

LOCATIE:

Cuypershuis
Pierre
Cuyperstraat 1
Roermond



(BEWUST) MET WATER SPELEN!

De wisseltentoonstelling WaterSpiegelingen in het Cuypershuis (15 juni '24 tot 5 januari '25) draait helemaal om het thema water. Water speelt een steeds belangrijkere rol in ons dagelijks leven: te weinig, te veel of te vies. Met allerlei kunstwerken en ontwerpen laten kunstenaars en ontwerpers zien hoe zij de problemen en uitdagingen rond water willen oplossen. We bekijken kort de tentoonstelling in het museum en gaan dan met elkaar de strijd aan in de tuin. We spelen in teams allerlei waterspelletjes, waarbij we zo weinig mogelijk water proberen te verspillen. Welk team verspilt er zo weinig mogelijk en wint de strijd?

VOOR WIE? 6 t/m 10 jaar

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondssport.nl.
- Je kunt nat worden tijdens de activiteit, neem eventueel droge kleding en/of een handdoek mee.
- Houd er rekening mee dat er beperkte parkeermogelijkheden zijn bij het Cuypershuis.

vrijdag
19 juli

TIJDSTIP:

15.³⁰ - 16.³⁰ uur

LOCATIE:

Verzamelen op de parkeerplaats bij de Ursulakapel Voogdijstraat 24 centrum Roermond



LEEFLIEV SPORTIEF

Wij bieden in kleine groepen ondersteuning aan volwassenen die een lichamelijke of mentale belemmering ervaren om deel te nemen aan het reguliere sportaanbod van Roermond.

De trainingen worden op maat aangeboden en bestaan uit gevarieerde binnen- en buitenactiviteiten gericht op uithoudingsvermogen, kracht en coördinatie.

Veiligheid en plezier staan hierbij voorop!

VOOR WIE? Volwassenen.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



week
30

3^{de} week zomervakantie

**maandag
22 juli**

TIJDSTIP:
10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:
Herberg de Bos
Bosstraat 115
Swalmen



WANDELTOCHT

Heb jij Gemeente Roermond altijd al eens te voet willen ontdekken? Dan is dit je kans! Elke maandag staat er een wandeling van ongeveer 5 kilometer op het programma. We vertrekken iedere week vanuit een andere locatie en laten je genieten van de mooiste wandelroutes. Naast de wandeling is er ook de gelegenheid om vooraf en achteraf een kopje koffie te drinken. Dus trek je wandelschoenen aan en loop gezellig mee.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



woensdag
24 juli

TIJDSTIP:
09.00 - 10.00 uur

LOCATIE:
Zwembad de
Roerdomp
Achilleslaan 2C
Roermond



BABYZWEMMEN

Deze activiteit maakt het mogelijk om samen met je baby of peuter te zwemmen. Dit kan al als jouw baby acht weken oud is. Alle activiteiten worden begeleid door een ervaren zweminstructeur van Zwembad de Roerdomp. Met behulp van liedjes en spelletjes in een vriendelijke sfeer geniet je samen met je baby of peuter van het water.

VOOR WIE? 0 t/m 4 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.

woensdag
24 juli

TIJDSTIP:
14.00 - 16.00 uur

LOCATIE:
De Roerganger
Oolderhuuske 1
Roermond



WATERSPORT BIJ DE ROERGANGER

Lekker actief bezig zijn en genieten op de Roermondse Maasplassen. Dat kan bij watersportschool de Roerganger! Tijdens deze middag maak je kennis met een combinatie van kanoën en suppen incl. gebruik van mega supboarden. Gegarandeerd spetterplezier!

VOOR WIE? 6 t/m 12 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.
- Zwemdiploma verplicht.
- Tijdens het watersporten is het dragen van een zwemvest verplicht.
- Bij slecht weer gaat de activiteit niet door. Uiterlijk 24 uur van tevoren ontvang je een mail als het niet doorgaat.



week
30

3^{de} week zomervakantie

woensdag
24 juli

TIJDSTIP:
14.³⁰ - 16.³⁰ uur

LOCATIE:
Daelzicht
Mortelplein 1A
Swalmen



BOCCIA

Samen met Boccia Roermond organiseren wij een gezellige actieve middag voor de dagbestedingsgroep van Daelzicht Mortelplein. Tijdens deze activiteit wordt kennisgemaakt met Boccia. Een precisiebalsport vergelijkbaar met Jeu de boules. Het is een inclusieve sport en heeft zich ontwikkeld tot een sport voor mensen met een beperking en zelfs voor mensen met een zware lichamelijke beperking. Boccia vereist strategie, vaardigheid en concentratie, waardoor het een populaire sport is in Paralympische competities en onder mensen met een beperking wereldwijd.

VOOR WIE? 18 t/m 100 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Georganiseerd voor de dagbestedingsgroep van Daelzicht. Heeft u een fysieke of geestelijke beperking en bent u niet verbonden aan Daelzicht, maar wilt u wel deelnemen? Neem dan contact op met Damenkies@roermond.nl.

donderdag
25 juli

TIJDSTIP:

11.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Marie
Curieweg 3b
Roermond



WEERBAARHEID

“Je bent nooit te oud om te leren” daarom bieden wij nu deze weerbaarheidssessie aan.

Bij deze weerbaarheid sessie krijg je in korte tijd handige tips en trucs geleerd om jezelf te verdedigen, zowel binnenshuis als buitenshuis. Vooral door slimme technieken te gebruiken en juiste inzet van voorwerpen zul je na deze sessie steviger in de schoenen staan.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



week
31

4^{de} week zomervakantie

maandag
29 juli

TIJDSTIP:
10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:

De Schuur
Hoofdstraat 2
Herten



WANDELTOCHT

Heb jij Gemeente Roermond altijd al eens te voet willen ontdekken? Dan is dit je kans! Elke maandag staat er een wandeling van ongeveer 5 kilometer op het programma. We vertrekken iedere week vanuit een andere locatie en laten je genieten van de mooiste wandelroutes. Naast de wandeling is er ook de gelegenheid om vooraf en achteraf een kopje koffie te drinken. Dus trek je wandelschoenen aan en loop gezellig mee.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



donderdag
1 augustus

TIJDSTIP:

11.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Tuin Cuypershuis
Pierre
Cuypersstraat 1
Roermond



TAI CHI

Tai Chi is van origine een Chinese vechtkunst en bestaat uit lichamelijke oefeningen die vloeiend in elkaar over gaan. Het zijn bewegingen die iedereen kan meedoen. Tai Chi helpt de spieren soepel te houden, evenwicht en balans te versterken én de concentratie te verbeteren. Kortom, een heel mooie methode voor het onderhouden van lichaam en geest.

VOOR WIE? 25+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.
- Houd er rekening mee dat er beperkt parkeermogelijkheden zijn bij het Cuypershuis.



week
31

4^{de} week zomervakantie

**donderdag
1 augustus**

TIJDSTIP:

Kidstraining

4 - 10 jaar

18.00 - 19.00 uur

Jeugdtraining

10 - 12 jaar

19.00 - 20.00 uur

LOCATIE:

Minister

Beverstraat 7

Roermond



KARATE

Trainen met een opvoedkundige waarde, waarbij plezier, weerbaarheid en het omgaan met leeftijdsgenoten als belangrijke motivatie geldt. Het stimuleren van bewegen, ontwikkelen van motorische vaardigheden en coördinatie.

We zien jullie graag tijdens de Roermondse Sportzomer! Je kunt meedoen in je normale gymkleding en we trainen op blote voeten.

VOOR WIE? 4 t/m 10 jaar en 10 t/m 12 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



vrijdag
2 augustus

TIJDSTIP:

12.⁰⁰ - 13.³⁰ uur

LOCATIE:

The Padellers
Elmpteweg 46
Roermond



PADELLEN

Padel is de snelst groeiende sport in Nederland. Padel is voor alle niveaus en daarmee zeer toegankelijk voor iedereen. Voor jong en oud, ervaren en onervaren: bij The Padellers kun je terecht voor een onvergetelijke sportervaring. Altijd al eens willen proberen? Schrijf je dan snel in voor deze activiteit en spelen maar!

VOOR WIE? 25+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



week
32

5^{de} week zomervakantie

maandag
5 augustus

TIJDSTIP:

10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Maximina
Roermond
Donderbergweg 34
Roermond



WANDELTOCHT

Heb jij Gemeente Roermond altijd al eens te voet willen ontdekken? Dan is dit je kans! Elke maandag staat er een wandeling van ongeveer 5 kilometer op het programma. We vertrekken iedere week vanuit een andere locatie en laten je genieten van de mooiste wandelroutes. Naast de wandeling is er ook de gelegenheid om vooraf en achteraf een kopje koffie te drinken. Dus trek je wandelschoenen aan en loop gezellig mee.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



maandag 5 augustus

TIJDSTIP:

19.00 - 20.00 uur

LOCATIE:

De Bokkerijders
Oude
Keulsebaan 180
Roermond



RUGBY

De waarden van rugby zijn: samenwerken, communicatie, vertrouwen en plezier. Een sport die door jong en oud beoefend kan worden, ieder op zijn niveau. Tijdens deze activiteit maak je op een laagdrempelige manier kennis met de sport! Ook als je 55+ bent kun je hier nog aan meedoen!

VOOR WIE? 16+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



maandag 5 augustus

TIJDSTIP:

10.00 - 12.00 uur

LOCATIE:

Daelzicht
Huiskamer 't Trefke
Javastraat 31
Roermond



ARCHERY ATTACK

Samen met The Archery Club organiseren wij een gezellige actieve ochtend voor de dagbestedingsgroep van Daelzicht 't Trefke. Tijdens deze activiteit wordt kennisgemaakt met Boogschieten.

VOOR WIE? 18 t/m 100 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Georganiseerd voor de dagbestedingsgroep van Daelzicht. Heeft u een fysieke of geestelijke beperking en bent u niet verbonden aan Daelzicht, maar wilt u wel deelnemen? Neem dan contact op met Damienkies@roermond.nl.



week
32

5^{de} week zomervakantie

dinsdag
6 augustus

TIJDSTIP:

18.⁰⁰ - 21.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Velden KV Ready
Jagerstraat 9
Roermond



SPORTCARROUSEL

Tijdens deze activiteiten krijg je de kans om maar liefst 4 verschillende balsporten uit te proberen door middel van roulatie. We dagen je uit om te gaan voetballen, (Beach) volleyballen, (Beach) handballen en korfballen! Als je je balgevoel wilt testen en op zoek bent naar een teamsport, maar niet zeker weet welke, meld je dan nu aan!

VOOR WIE? 13 t/m 16 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



woensdag 7 augustus

TIJDSTIP:

10.⁴⁵ - 13.¹⁵ uur
10.⁴⁵ uur: inloop
11.⁰⁰ uur: start

LOCATIE:

Cuypershuis
Pierre
Cuyperstraat 1
Roermond



(BEWUST) MET WATER SPELEN

De wisseltentoonstelling WaterSpiegelingen in het Cuypershuis (15 juni '24 tot 5 januari '25) draait helemaal om het thema water. Water speelt een steeds belangrijkere rol in ons dagelijks leven: te weinig, te veel of te vies. Met allerlei kunstwerken en ontwerpen laten kunstenaars en ontwerpers zien hoe zij de problemen en uitdagingen rond water willen oplossen. We bekijken kort de tentoonstelling in het museum en gaan dan met elkaar de strijd aan in de tuin. We spelen in teams allerlei waterspelletjes, waarbij we zo weinig mogelijk water proberen te verspillen. Welk team verspilt er zo weinig mogelijk en wint de strijd?

VOOR WIE? 6 t/m 10 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.
- Je kunt nat worden tijdens de activiteit, neem eventueel droge kleding en/of een handdoek mee.
- Houd er rekening mee dat er beperkte parkeermogelijkheden zijn bij het Cuypershuis.

woensdag 7 augustus

TIJDSTIP:

55+ jaar:
10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur
18+ jaar:
10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

13 t/m 17 jaar:
10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Cruyff Court
Olieslagerstraat
Roermond



BOOTCAMP

Bij bootcamp training gaat het niet alleen om het behalen van resultaten: het gaat om het omarmen van de reis, het vieren van prestaties en het genieten van de weg naar een gezonder, energieker leven. Vind je het lekker om in de buitenlucht te bewegen en wil je een fysieke uitdaging aangaan? Meld je dan nu aan!

VOOR WIE? Voor iedereen vanaf 13 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



week
32

5^{de} week zomervakantie

**donderdag
8 augustus**

TIJDSTIP:

09.⁰⁰ - 10.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Zwembad de
Roerdomp
Achilleslaan 2C
Roermond



BABYZWEMMEN

Deze activiteit maakt het mogelijk om samen met je baby of peuter te zwemmen. Dit kan al als jouw baby acht weken oud is. Alle activiteiten worden begeleid door een ervaren zweminstructeur van Zwembad de Roerdomp. Met behulp van liedjes en spelletjes in een vriendelijke sfeer geniet je samen met je baby of peuter van het water.

VOOR WIE? 0 t/m 4 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



vrijdag 9 augustus

TIJDSTIP:

Hiphop:
09.30 - 10.30 uur

Breakdance:
10.30 - 11.30 uur

LOCATIE:

The Movement
Slachthuisstraat 111
Roermond



vrijdag 9 augustus

TIJDSTIP:

10.00 - 11.00 uur
11.00 - 12.00 uur

LOCATIE:

Studio Semesta
Julianalaan 50
Roermond



HIPHOP & BREAKDANCE

Ontdek de wereld van beweging en ritme en laat je wereld letterlijk op z'n kop zetten! Maak kennis met de energieke beats en coole moves van twee vette dansstijlen: breakdance en hiphop. Heb je losse heupen of ben je benieuwd naar je ritmegevoel en hoe goed je uit de voeten kunt? Schrijf je dan in voor een van deze twee, of zelfs voor beide!

VOOR WIE? 8 t/m 12 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



OUDER-KIND YOGA

Beleef samen met je zoon, dochter of hele gezin een heerlijk moment van beweging en ontspanning. Laat alle haast en tijd achterwege en geniet alleen van elkaars gezelschap. Muziek en oefeningen brengen jullie in beweging, waar lenigheid niet van belang is. Het draait allemaal om het plezier van bewegen, en het delen van dit plezier versterkt de band die ontstaat tijdens de les. Na de beweging, waarbij de focus op jullie lichaam ligt, volgt ontspanning om de les af te sluiten met een rustgevend gevoel. Dit gevoel nemen jullie mee naar huis, om het thuis te herhalen en gedurende de dagen te blijven genieten van ontspanning. Jullie zijn van harte welkom!

VOOR WIE? 4 t/m 12 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



week
33

6^{de} week zomervakantie

maandag
12 augustus

TIJDSTIP:
10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:
't Sjoelpad
Schoolpad 55-A
Roermond



WANDELTOCHT

Heb jij Gemeente Roermond altijd al eens te voet willen ontdekken? Dan is dit je kans! Elke maandag staat er een wandeling van ongeveer 5 kilometer op het programma. We vertrekken iedere week vanuit een andere locatie en laten je genieten van de mooiste wandelroutes. Naast de wandeling is er ook de gelegenheid om vooraf en achteraf een kopje koffie te drinken. Dus trek je wandelschoenen aan en loop gezellig mee.

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



maandag 12 augustus

TIJDSTIP:

10.³⁰ - 11.³⁰ uur

LOCATIE:

Daelzicht
Huiskamer 't Trefke
Javastraat 31
Roermond



INCLUSIEF KARATE

Samen met Karateschool Fudoshin organiseren wij een gezellige actieve ochtend voor de dagbestedingsgroep van Daelzicht 't Trefke. Tijdens deze activiteit wordt kennisgemaakt met Inclusief Karate. Inclusief karate (ook wel G-karate genoemd) is een unieke sport voor kinderen, jongeren en volwassenen met een beperking. Fudoshin heeft karateka's binnen Inclusief Karate die presteren op hoog niveau!

VOOR WIE? 18 t/m 100 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Georganiseerd voor de dagbestedingsgroep van Daelzicht. Heb je een fysieke of geestelijke beperking en ben je niet verbonden aan Daelzicht, maar wil je wel deelnemen? Neem dan contact op met Damienkies@roermond.nl.



dinsdag 13 augustus

TIJDSTIP:

13.⁰⁰ - 14.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Tuin Cuypershuis
Pierre
Cuypersstraat 1
Roermond



TAI CHI

Tai Chi is van origine een Chinese vechtkunst en bestaat uit lichamelijke oefeningen die vloeiend in elkaar over gaan. Het zijn bewegingen die iedereen kan meedoen. Tai Chi helpt de spieren soepel te houden, evenwicht en balans te versterken én de concentratie te verbeteren. Kortom, een heel mooie methode voor het onderhouden van lichaam en geest!

VOOR WIE? 55+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

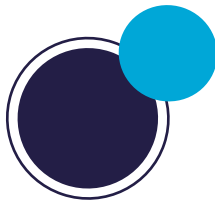
- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.
- Houd er rekening mee dat er beperkt parkeermogelijkheden zijn bij het Cuypershuis.


 week
33
6^{de} week zomervakantie
dinsdag
13 augustus
TIJDSTIP:10.⁰⁰ - 11.⁰⁰ uur**LOCATIE:**
 CrossFit
 De Hanze 26-28
 Roermond
**CROSSFIT**

CrossFit is voor iedereen, ongeacht je postuur, leeftijd, of sportieve achtergrond. Of je nu groot of klein bent, jong of oud(er), dik of dun, een atleet, recreant of sportliefhebber. Het doel van CrossFit is het verbeteren van je algemene fitheid en je voorbereiden op allerlei fysieke uitdagingen die je in het dagelijks leven kunt tegenkomen. Bij CrossFit werk je op je eigen niveau en tempo aan jouw persoonlijke doelen. Altijd afgevraagd waar CrossFit beoefenaars het over hebben? Kom het nu een keer proberen!

VOOR WIE? 16 t/m 25 jaar.**BIJZONDERHEDEN:**

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



woensdag 14 augustus

TIJDSTIP:

Mini-kids dance
4 t/m 6 jaar
09.³⁰ - 10.¹⁵ uur

Kids dance
6 t/m 12 jaar
10.³⁰ - 11.³⁰ uur

LOCATIE:

Britt's dance studio
Studio, Nt2
Mundium College
Marathonlaan
(achterzijde vd
school)



VOOR WIE? 4 t/m 6 jaar en
6 t/m 12 jaar.

MINI-KIDS DANCE + KIDS DANCE

Bij mini-kids wordt op een speelse manier en door middel van improvisatieopdrachten kennisgemaakt met de mogelijkheden van bewegen op muziek. Leren dansen door de ruimte met tegenstellingen als snel/langzaam, hard/zacht en hoog/laag.

Bij kids dance wordt op een ontspannen en leuke manier spelenderwijs geleerd om te bewegen en te tellen op muziek. In deze lessen worden de eerste echte danstechnieken aangeleerd, allemaal terwijl er natuurlijk gedanst wordt op hippe muziek.



woensdag 14 augustus

TIJDSTIP:

20.⁰⁰ - 21.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Beaver Creek
De Weerd 150
Roermond



WAKEBOARDEN EN WATERSKIËN

Beaver Creek is een familie-vriendelijke wakeboardfaciliteit in Roermond. Voor beginners tot aan wakeboard pro's. Het park is ontworpen voor alle vaardigheidsniveaus. Tijdens de Roermondse Sportzomer kun jij ervaren hoe tof het is om te wakeboarden, kneeboarden of waterskiën.

VOOR WIE? 18+ jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.
- Zwemdiploma A en B verplicht.
- Tijdens het watersporten is het dragen van een zwemvest verplicht, dit wordt door de organisatie verzorgd.
- Parkeerkosten van €2,- bij Beaver Creek is voor eigen rekening.



week
33

6^{de} week zomervakantie

**donderdag
15 augustus**

TIJDSTIP:

18+ jaar:
10.⁰⁰ - 11.⁰⁰ uur

13 t/m 17 jaar:
11.⁰⁰ - 12.⁰⁰ uur

LOCATIE:

Spartan Gym
Parallelweg 16
Roermond



BOKSFITZAKTRAINING

Ontdek de kracht van BoksFITzaktraining: een full-body workout waarbij (kick)bokscombinaties op de bokszak worden gecombineerd met dynamische oefeningen zoals Burpees, Squat Jumps en Mountain Climbers. Of je nu je conditie wilt verbeteren, stress wilt verminderen of gewoon opzoek bent naar een leuke en uitdagende training, deze BoksFITzaktraining biedt het allemaal.

VOOR WIE? 13 t/m 100 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondspor.nl.



vrijdag 16 augustus

TIJDSTIP:

09.00 - 10.00 uur

LOCATIE:

CrossFit
De Hanze 26-28
Roermond



OUDER-KIND CROSSFIT

CrossFit is een manier van trainen waarbij gewicht-heffen, atletiek en gymnastiek worden gecombineerd. Vandaag krijg je de kans om deze sport samen met je kind(eren) te ervaren tijdens de ouder-kind activiteit.

VOOR WIE? 6 t/m 12 jaar (en hun ouders).

BIJZONDERHEDEN:

- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



vrijdag 16 augustus

TIJDSTIP:

2 t/m 4 jaar:
09.30 - 10.15 uur

4 t/m 8 jaar:
10.30 - 11.30 uur

LOCATIE:

Studio Semesta
Julianalaan 50
Roermond



WOBBELYOGA

Wobbelyoga is uitdagend voor jong en oud. Op de wobbel (het balansbord) word je uitgedaagd om oefeningen uit te voeren en de snelheid van de bewegingen de baas te zijn. Of kom door het ritmisch schommelen even tot rust. Bewegen, ontdekken en ontladen is wat je in deze les mag doen. De wobbel laat je ervaren dat balans, flexibiliteit en lichaamscontrole van je wordt gevraagd. Met een glimlach stap jij van de wobbel af. Kom je ook?

VOOR WIE? 2 t/m 4 jaar en 4 t/m 8 jaar.

BIJZONDERHEDEN:

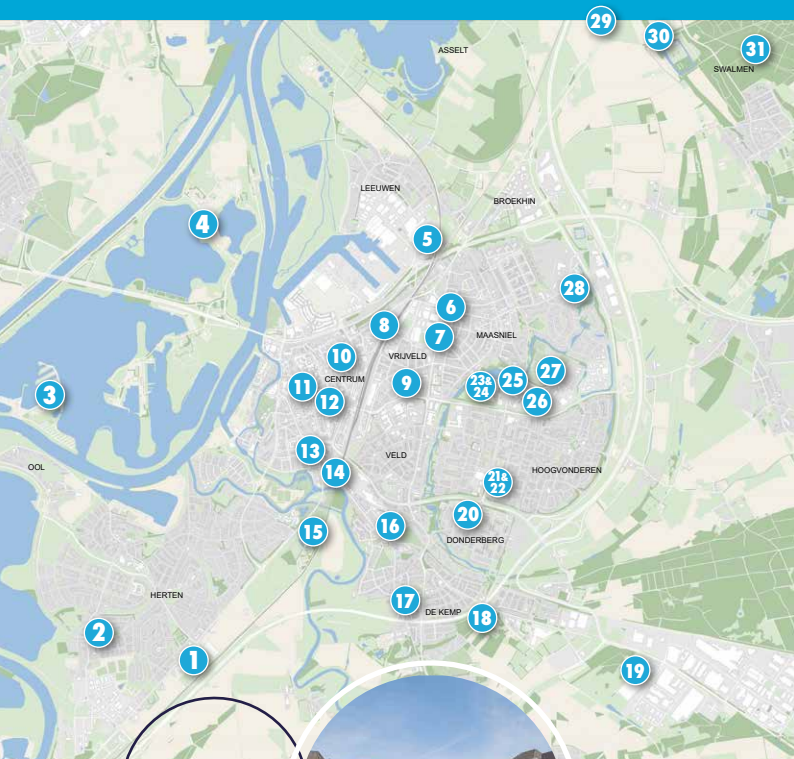
- Aanmelden is verplicht via www.roermondsport.nl.



LEGENDA

- 1 • CrossFit Roermond, De Hanze 24, Herten
- 2 • De Schuur, Hoofdstraat 2, Herten
- 3 • De Roerganger, Oolderhuske 1, Roermond
- 4 • Beaver Creek, De Weerd 150, Roermond
- 5 • Spartan Gym, Parallelweg 16, Roermond
- 6 • Studio Semesta, Julianalaan 50, Roermond
- 7 • Studio Luz, Bredeweg 10, Roermond
- 8 • The Movement, Slachthuisstraat 111, Roermond
- 9 • Minister Beverstraat 7, Roermond
- 10 • Ursulakapel, Voogdijstraat 24, Roermond
- 11 • Bibliotheek Bibliorura, Neerstraat 11-13, Roermond
- 12 • 't Paradies, Munsterstraat 61, Roermond
- 13 • (Tuin) Cuypershuis, Pierre Cuypersstraat 1, Roermond
- 14 • BodyWork Sportstudio, Kapellerlaan 50, Roermond
- 15 • Park Hattem, Maastrichterweg 25, Roermond
- 16 • 't Sjooplaad, Schoolpad 55A, Roermond
- 17 • Daelzicht 't Trefke, Javastraat 31, Roermond
- 18 • Marokkaanse Moskee, St. Wirosingel 50, Roermond
- 19 • Marie Curieweg 3B, Roermond
- 20 • Cruyff Court, Olieslagerstraat, Roermond
- 21 • Sporthal Donderberg, Donderbergweg 36, Roermond
- 22 • Maximina, Donderbergweg 34, Roermond
- 23 • Sporthal Jo Gerris, Achilleslaan 2A, Roermond
- 24 • Zwembad de Roerdomp, Achilleslaan 2C, Roermond
- 25 • Turks Cultureel Centrum, Achilleslaan 8, Roermond
- 26 • Nt2 Mundium College, Marathonlaan (achterzijde school), Roermond
- 27 • Velden Ready '60, Sportpark de Wijher, Jagerstraat 1, Roermond
- 28 • The Padellers, Elmpeterweg 46, Roermond
- 29 • Daelzicht, Mortelplein 1A, Swalmen
- 30 • Dojo Hei-Sei-Do, Gevaren 20, Swalmen
- 31 • Herberg De Bos, Bosstraat 115, Swalmen

PLATTEGROND





ROERMONDSE SPORTZOMER 2024



www.roermondspor.nl



iksportmee@roermond.nl



www.facebook.com/SportserviceRoermond



[@sportserviceoermond](https://www.instagram.com/sportserviceoermond)