

ZOMERSPORT 2024

Welke zomersport doe jij het liefst?

Proef van uitdagende zomersporten en wie weet ontdek je wel je favoriete sport!

Op het droge

1. [Hoogteparcours](#) (+ 1.40 m)
2. [Boogschieten](#) (12 +)
3. [Summer bootcamp](#) NIEUW (18 +)
4. [Start to skate](#) (terug van weggeweest) (18 +)
5. [Cross fit](#) NIEUW (18 +)
6. [Tennis initiatie](#) (18 +)
7. [Spikeball](#) NIEUW (18 +)
8. [Yoga in 't park](#) (18 +)
9. [Padel](#) NIEUW (18 +)

In het sop

10. [Kajak- /kanotocht](#) (12 +)
11. [Fakkeltocht met kajak/kano](#) (12 +)
12. [Leren zwemmen](#) (12 +)
13. [Initiatie stand up paddle](#) (16 +)
14. [Stand up paddle toer](#) (16 +)
15. [Aquagym](#) (16 +)

G-sportaanbod (voor sporters met een beperking)

16. [G-roeien](#) (16 +)
17. [G-klimmen](#) NIEUW (18 +)
18. [G-crossfit](#) (18 +)

OP HET DROGE

1 HOOGTEPARCOURS 12+ (+1.40m)

Is geen hindernis je te moeilijk? Heb je zin voor evenwicht? Kun je springen en slingeren zonder hoogtevrees? Ben je niet vies van een uitdaging en beschik je over voldoende durf? Dan is dit iets voor jou. Het parcours is opgebouwd uit 3 omlopen: het groene en het rode parcours lopen deels door het bos op een hoogte van 3,5 m. Je kunt dus een heuse kruinenwandeling maken en via kleine death rides van steunpaal naar steunpaal glijden. Het groene parcours is het makkelijkst terwijl het rode parcours uitdagender is. De derde omloop is de zwarte piste en is voor de echte durvers. Hier bedraagt de hoogte 6 meter.

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: strandgebouw

Meebrengen

- sportieve kledij, stevige vastzittende schoenen
- flesje water
- er is mogelijkheid om te douchen in de kleedkamers van het strandgebouw

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS201	dinsdag	09/07/24	Blaarmeersen	19.00-21.00	24
24ZS601	maandag	05/08/24	Blaarmeersen	19.00-21.00	24
24ZS801	donderdag	22/08/24	Blaarmeersen	19.00-21.00	24

Prijs

- Prijs per persoon: € 10 (A, B, C, D-tarief) | € 2 (E-tarief)

2 BOOGSCHieten (12+)

De boog kan niet altijd gespannen zijn of toch? Plaatsen van de pijl, aantrekken, trekken, ankeren, spannen, mikken, lossen, narichten en daar vliegt de pijl richting doel. Voor de Robin Hoods onder jullie!

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: strandgebouw

Meebrengen

- sportieve kledij, outdoor sportschoenen
- flesje water
- er is mogelijkheid om te douchen in de kleedkamers van het strandgebouw

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS101	zaterdag	06/07/24	Blaarmeersen	10.00-11.30	20
24ZS802	zaterdag	24/08/24	Blaarmeersen	10.00-11.30	20

Prijs

- Prijs per persoon: € 8,50 (A, B, C, D-tarief) | € 1,70 (E-tarief)

3 SUMMER BOOTCAMP (18+) NIEUW

Summer bootcamp biedt een mix van kracht-, cardio- en teambuildingoefeningen die helpen om je uithoudingsvermogen te vergroten en je grenzen te verleggen. Of je nu een beginner bent of een ervaren atleet, we serveren je uitdagende workouts onder de warme zomerzon. De lessen vinden buiten plaats.

Plaats van afspraak

- Buurtsporthal Meloep: afspraak aan de ingang van de sporthal
- Gentbrugse Meersen: afspraak aan de ingang van sporthal Driebeek
- Lago Rozebroeken: afspraak aan de ingang van de sporthal

Meebrengen

- sportieve kledij, outdoor sportschoenen
- flesje water

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS202	maandag	08/07/24	Buurtsporthal Meloep	19.00-20.00	30
24ZS203	maandag	08/07/24	Buurtsporthal Meloep	20.00-21.00	30
24ZS501	woensdag	31/07/24	Gentbrugse Meersen	19.00-20.00	30
24ZS502	woensdag	31/07/24	Gentbrugse Meersen	20.00-21.00	30
24ZS701	dinsdag	13/08/24	Lago Rozebroeken	19.00-20.00	30
24ZS702	dinsdag	13/08/24	Lago Rozebroeken	20.00-21.00	30

Prijs

- Prijs per persoon:

Cat. A	Cat. B	Cat. C	Cat. D	Cat. E
€ 6,90	€ 4,75	€ 6,30	€ 4,35	€ 0,95

4 START TO SKATE (18+)

We oefenen de basisprincipes stapsgewijs: blijven staan op het skateboard, langzaam afzetten met de voet, proberen te sturen, tijdig remmen, skatebewegingen maken zonder te vallen. Ontdek de juiste uitrusting voor het skaten en ontvang tal van nuttige tips. In samenwerking met Hall of skate.

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: skatepark, Zuiderlaan 13, 9000 Gent

Meebrengen

- sportieve kledij, stevige, vastzittende schoenen (met platte zool)
- heb je een eigen helm (mag ook fietshelm zijn), dan mag je die meebrengen
- skateboards zijn ter plaatse aanwezig alsook beschermmateriaal
- flesje water

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS301	maandag	15/07/24	Skatepark Blaarmeersen	19.00-20.00	15
24ZS602	dinsdag	06/08/24	Skatepark Blaarmeersen	19.00-20.00	15

Prijs

- Prijs per persoon: € 8,50 (A, B, C, D-tarief) | € 1,70 (E-tarief)

Ontketen je innerlijke atleet met CrossFit - het ultieme fitnessavontuur dat je kracht, snelheid en uithoudingsvermogen naar nieuwe hoogten zal brengen. Doe mee en word de beste versie van jezelf onder begeleiding van ervaren coaches. Klaar om de uitdaging aan te gaan en je grenzen te verleggen? CrossFit wacht op jou!

De lessen vinden binnen plaats en verlopen in samenwerking met Crooks CrossFit Gent.

Plaats van afspraak

- Crooks CrossFit Gent: Wiedauwkaai 23 Z, 9000 Gent

Meebrengen

- sportieve kledij, indoor sportschoenen
- flesje water
- materiaal is ter plaatse aanwezig

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS204	maandag	08/07/24	Crooks CrossFit Gent	20.00-21.30	15
24ZS901	maandag	26/08/24	Crooks CrossFit Gent	20.00-21.30	15

Prijs

- Prijs per persoon: € 14,25 (A, B, C, D-tarief) | € 2,85 (E-tarief)

6 TENNIS INITIATIE

(18+)

Zin om tijdens de zomervakantie te leren tennissen? Of is het al jaren geleden dat je nog eens een balletje sloeg en wil je je techniek opfrissen? In dat geval kan je één van de snelcursussen tennis volgen waar je de basistechnieken leert en inoefent. De lessen zijn gericht op de beginnende tennisser, dus niet voor half gevorderde of gevorderde spelers. De lessen vinden plaats van maandag tot en met vrijdag van 19 tot 20.30 uur en van 20.30 tot 22 uur.

Plaats van afspraak

- Tennishal Blaarmeersen

Meebrengen

- sportieve kledij, indoor sportschoenen (zonder profiel)
- flesje water
- materiaal wordt door de Sportdienst voorzien. Beschik je over een tennisracket, dan mag je dit meebrengen.
- er is mogelijkheid om te douchen

Organisatie

3 terreinen: 6 spelers per terrein / 1 lesgever per terrein

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS102	ma t/m vrij	01/07/24 - 05/07/24	Tennishal Blaarmeersen	19.00-20.30	18
24ZS103	ma t/m vrij	01/07/24 - 05/07/24	Tennishal Blaarmeersen	20.30-22.00	18
24ZS205	ma, di, wo & vrij	08, 09, 10 & 12/07/24	Tennishal Blaarmeersen	19.00-20.30	18
24ZS206	ma, di, wo & vrij	08, 09, 10 & 12/07/24	Tennishal Blaarmeersen	20.30-22.00	18
24ZS302	ma t/m vrij	15/07/24 - 19/07/24	Tennishal Blaarmeersen	19.00-20.30	18
24ZS303	ma t/m vrij	15/07/24 - 19/07/24	Tennishal Blaarmeersen	20.30-22.00	18
	Week 4	Geen cursus	Gentse Feesten		
24ZS503	ma t/m vrij	29/07/24 - 02/08/24	Tennishal Blaarmeersen	19.00-20.30	18
24ZS504	ma t/m vrij	29/07/24 - 02/08/24	Tennishal Blaarmeersen	20.30-22.00	18
24ZS603	ma t/m vrij	05/08/24 - 09/08/24	Tennishal Blaarmeersen	19.00-20.30	18
24ZS604	ma t/m vrij	05/08/24 - 09/08/24	Tennishal Blaarmeersen	20.30-22.00	18
24ZS803	ma t/m vrij	19/08/24 - 23/08/24	Tennishal Blaarmeersen	19.00-20.30	18
24ZS804	ma t/m vrij	19/08/24 - 23/08/24	Tennishal Blaarmeersen	20.30-22.00	18

Prijs

- Prijs per reeks (5 dagen) Cat A: 118,5 Cat B: 90 Cat C: 100,5 Cat D: 82,125 Cat E: 18

Cat. A	Cat. B	Cat. C	Cat. D	Cat. E
€ 118,50	€ 90,00	€ 100,50	€ 82,15	€ 18,00

- Prijs per reeks (4 dagen) - zie week 2

Cat. A	Cat. B	Cat. C	Cat. D	Cat. E
€ 94,80	€ 72,00	€ 80,40	€ 65,70	€ 14,40

7 SPIKEBALL (18+)

Sta klaar om je zomer op te peppen met spikeball - een bal- en netsport waarbij twee teams van elk twee personen een bal naar elkaar kaatsen via een kleine trampoline. Met snelle reflexen en teamwork kun je de perfecte spikes en blokkades uitvoeren. Ga de uitdaging aan en ontdek waarom spikeball het favoriete strandspel van avontuurlijke zielen over de hele wereld is!

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: strandgebouw

Meebrengen

- gemakkelijke, sportieve kledij, outdoor sportschoenen
- flesje water
- er is mogelijkheid om te douchen in de kleedkamers van het strandgebouw

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS304	woensdag	17/07/24	Blaarmeersen	19.00-20.30	24
24ZS605	woensdag	07/08/24	Blaarmeersen	19.00-20.30	24

Prijs

- Prijs per persoon: € 8,5 (A, B, C, D-tarief) | € 1,70 (E-tarief)

8 YOGA IN 'T PARK (18+)

Zin om je lichaam en geest te ontspannen? Om te genieten in de natuur van yoga en meditatie? Dan zijn deze ochtendsessies een aanrader, zowel voor mensen zonder als met ervaring. De yoga zal je lichaam ontspannen en je energie weer laten stromen. De meditaties leren je om los te laten wat was, vertrouwen te hebben in wat komt en te genieten van het hier & nu.

In samenwerking met Mario Boulez, Yoga- & Meditatieleraar, Yatra Yoga Gent

Plaats van afspraak

- Aan ingang 'Kasteel Coninxdonck', Koningsdonkstraat 118, 9050 Gentbrugge. Zorg dat je ten laatste om 10 uur aanwezig bent. Nadien vertrekken we samen richting de sportplek. Ben je te laat, dan kan je niet meer deelnemen.

Meebrengen

- gemakkelijke, loszittende kledij
- flesje water
- breng je eigen matje, handdoek of laken mee, om op te liggen.

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS104	woensdag	03/07/24	Gentbrugse Meersen	10.00-12.00	20
24ZS105	vrijdag	05/07/24	Gentbrugse Meersen	10.00-12.00	20
24ZS902	dinsdag	27/08/24	Gentbrugse Meersen	10.00-12.00	20
24ZS903	donderdag	29/08/24	Gentbrugse Meersen	10.00-12.00	20

Prijs

- Prijs per persoon: € 14,25 (A, B, C, D-tarief) - € 2,85 (E-tarief)

Padel is een veelzijdige sport met elementen uit tennis en squash. De sport is toegankelijk voor sportievelingen van elk niveau. We voorzien 1 uur initiatie en 30 minuten vrij spel.

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: aan de ingang van de tennishal

Meebrengen

- sportieve kledij, indoor sportschoenen (zonder profiel)
- flesje water
- materiaal wordt door de Sportdienst voorzien. Beschik je over een padelracket, dan mag je dit meebrengen.
- er is mogelijkheid om te douchen in de tennishal.

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS505	woensdag	31/07/24	Padel Blaarmeersen	10.00-11.30	12
24ZS703	maandag	12/08/24	Padel Blaarmeersen	14.00-15.30	12

Prijs

- Prijs per persoon:

Cat. A	Cat. B	Cat. C	Cat. D	Cat. E
€ 15,8	€ 12,00	€ 13,40	€ 10,95	€ 2,4

IN HET SOP

10 KAJAK- /KANOTOCHT (12+)

Schrijf je deze zomer in voor één van deze kajak- /kanotochten:

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS207	zaterdag	13/07/24	Blaarmeersen - richting Afsnee Drie Leien	13.00-18.00	48
24ZS506	zaterdag	03/08/24	Blaarmeersen - richting Gent centrum	13.00-18.00	48

- We varen op de Leie.
- In een kajak zit je per twee, in een kano zit je per drie. Als je individueel inschrijft, kan het zijn dat je een boot deelt met iemand onbekend.
- Voorwaarde: 100 m kunnen zwemmen

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: strandgebouw

Meebrengen

- sportieve kledij, warme trui, regenjasje, licht schoeisel, reservekledij en -schoenen, plastic zak, douchegerief, brilbeveiliging (voor brildraggers)
- alle materiaal is ter plaatse aanwezig
- er is mogelijkheid om te douchen

Prijs

- Prijs per persoon: € 27,25 (A, B, C, D-tarief) | € 5,45 (E-tarief)

11 FAKKELTOCHT MET KAJAK/KANO (12+)

Schrijf je deze zomer in voor één van deze fakkeltochten:

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS106	zaterdag	06/07/24	Blaarmeersen	19.00-23.59	48
24ZS606	zaterdag	10/08/24	Blaarmeersen	19.00-23.59	48
24ZS805	zaterdag	24/08/24	Blaarmeersen	19.00-23.59	48

- We varen op de Leie. Alle fakkeltochten gaan richting Gent centrum.
- In een kajak zit je per twee, in een kano zit je per drie. Als je individueel inschrijft, kan het zijn dat je een boot deelt met iemand onbekend.
- Voorwaarde: 100 m kunnen zwemmen

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: strandgebouw

Meebrengen

- sportieve kledij, warme trui, regenjasje, licht schoeisel, reservekledij en -schoenen, plastic zak, douchegeïef, brilbeveiliging (voor bril dragers)
- alle materiaal is ter plaatse aanwezig
- er is mogelijkheid om te douchen

Prijs

- Prijs per persoon: € 30,00 (A, B, C, D-tarief) | € 6,00 (E-tarief)

12 LEREN ZWEMMEN (12+)

Deze lessen zijn bedoeld voor deelnemers met watervrees of die nog niet kunnen zwemmen. We oefenen zowel in het klein bad, als in het groot bad. Je werkt aan het overwinnen van de watervrees en oefent op dieptegewenning. Je leert de beginselen van schoolslag. Dit is een lessenreeks van maandag tot en met vrijdag.

Plaats van afspraak

- Zwembad Rooigem

Meebrengen

- zwem- en douchegerief, badhanddoek, 50 cent of 1 euro voor een opbergkastje

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS107	ma - vrij	01/07/24 - 05/07/24	Zwembad Rooigem	19.00-20.00	10
24ZS108	ma - vrij	01/07/24 - 05/07/24	Zwembad Rooigem	20.00-21.00	10
24ZS607	ma - vrij	05/08/24 - 09/08/24	Zwembad Rooigem	19.00-20.00	10
24ZS608	ma - vrij	05/07/24 - 09/08/24	Zwembad Rooigem	20.00-21.00	10

Prijs

- Prijs lessenreeks:

Cat. A	Cat. B	Cat. C	Cat. D	Cat. E
€ 59,00	€ 52,00	€ 54,5	€ 47,50	€ 9,50

13 INITIATIE STAND UP PADDLE (16+)

Stand up paddling (ook wel suppen of peddelsurfen genoemd) is een vorm van golfsurfen op een golfsurfplank. Het is makkelijk om te leren en je hoeft er niet heel sportief voor te zijn. Je staat recht op de surfplank en gebruikt een peddel. Eerst voelt het nog wat wiebelig, maar binnen een paar minuten sta je stabiel en geniet je van water en zon. 'Suppen' is een uitdagende en leuke watersport. We blijven op de vijver van de Blaarmeersen. Deze sessies zijn bedoeld voor beginners die nog geen SUP-ervaring hebben.

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: strandgebouw

Meebrengen

- oude sportschoenen of waterschoenen in stof, zwem- en douchegerief, brilbeveiliging (brildragers)
- SUP-materiaal is ter plaatse aanwezig
- er is mogelijkheid om te douchen

Cursus	Dag4	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS208	woensdag	10/07/24	Blaarmeersen	19.00-21.00	24
24ZS806	woensdag	21/08/24	Blaarmeersen	19.00-21.00	24

Prijs

- Prijs per persoon:

Cat. A	Cat. B	Cat. C	Cat. D	Cat. E
€ 21,80	€ 17,50	€ 20,30	€ 15,70	€ 3,50

14 STAND UP PADDLE TOER

(16+)

De SUP-toer neemt je mee op sleeptouw naar de Drie Leien of het centrum van Gent. Deze tochten zijn bedoeld voor de gevorderde stand up paddlers met voldoende ervaring.

Plaats van afspraak

- Blaarmeersen: strandgebouw

Meebrengen

- oude sportschoenen of waterschoenen in stof, zwem- en douchegerief, brilbeveiliging (brildragers)
- SUP-materiaal is ter plaatse aanwezig
- er is mogelijkheid om te douchen

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS109	woensdag	03/07/24	Blaarmeersen - richting Afsnee Drie Leien	19.00-22.00	24
24ZS507	woensdag	31/07/24	Blaarmeersen - richting Gent centrum	19.00-22.00	24

Prijs

- Prijs per persoon:

Cat. A	Cat. B	Cat. C	Cat. D	Cat. E
€ 32,70	€ 26,25	€ 30,45	€ 23,55	€ 5,25

15 AQUAGYM (16+)

Deze bewegingsvorm is een geschikte methode om blessurevrij en conditioneel te trainen. Door de weerstand van het water en het verlies van zwaartekracht krijgen eenvoudige oefeningen een nieuwe dimensie. Houding, motoriek en uithouding worden verbeterd, spierkracht en lenigheid vergroten. Een trainingsvorm voor iedereen. We oefenen zowel in het ondiepe (1.35 m) als in het diepe gedeelte.

Plaats van afspraak

- Zwembad Rooigem

Meebrengen

- zwem- en douchegeïef, badhanddoek, 50 cent of 1 euro voor een opbergkastje

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS110	donderdag	04/07/24	Zwembad Rooigem	09.00-09.45	30
24ZS609	donderdag	08/08/24	Zwembad Rooigem	09.00-09.45	30
24ZS807	donderdag	22/08/24	Zwembad Rooigem	09.00-09.45	30
24ZS904	donderdag	29/08/24	Zwembad Rooigem	09.00-09.45	30

Prijs

- Prijs per persoon:

Cat. A	Cat. B	Cat. C	Cat. D	Cat. E
€ 6,20	€ 5,45	€ 6,05	€ 4,60	€ 1,10

G-zomeraanbod (voor sporters met een beperking)

Voor sporters met een beperking is er een aangepast G-sportprogramma op maat van de G-sporter. We sporten in kleine groep onder deskundige begeleiding en voorzien aangepast materiaal. Na je inschrijving vragen we een medische fiche op zodat de lesgevers de activiteiten op maat kunnen voorbereiden.

Ook binnen de andere activiteiten van de zomersport kunnen sporters met een beperking inclusief meedoen. Heb je hulp nodig? Contacteer dan vooraf de Sportdienst. We bekijken samen de mogelijkheden.

Noodzakelijke begeleiders kunnen gratis deelnemen aan de activiteiten.

16 G-ROEIEN (16+)

Ben jij een sporter met een fysieke beperking of met een beperkte mobiliteit?

Doe deze zomer mee aan een initiatie roeien. We leren je eerst de juiste techniek aan, en focussen daarbij ook op een correcte ademhaling. Roeien is ideaal om je conditie te trainen. Je verbetert er namelijk niet alleen je uithoudingsvermogen mee, maar je traint ook je basiskracht van je onder- en bovenlichaam. Bovendien is roeien weinig belastend voor de gewrichten. Je moet zelfstandig kunnen zitten. Je roeit alleen in een boot.

Plaats van afspraak

- Koninklijke roeivereniging Club Gent: Yachtdreef 2, 9000 Gent

Meebrengen

- sportieve kledij, warme trui, regenjasje, licht schoeisel, reservekledij en -schoenen, plastic zak, douchegerief, brilbeveiliging (voor brildragers)
- alle materiaal is ter plaatse aanwezig

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS610	dinsdag	06/08/24	Roeivereniging Club Gent	17.00-19.00	4

Praktisch

- Vooraf inschrijven is noodzakelijk. Het aantal plaatsen is beperkt.
- Inschrijven kan tot één week voor de start van de activiteit (tot en met 30 juli).
- Prijs per persoon: € 14,25 (A, B, C, D-tarief) | € 2,85 (E-tarief)

17 G-KLIMMEN (18+)

Ben jij een sporter met een beperking en heb je altijd al eens willen kennismaken met de klimsport? Grijp je kans en doe deze zomer mee met deze initiatie. G-klimmen is helaas niet toegankelijk voor deelnemers in een rolstoel of als je beperkte steunmogelijkheid hebt in je benen omwille van de veiligheid.

Plaats van afspraak

- Klimzaal Bleu, Campinglaan 2, 9000 Gent

Meebrengen

- sportieve kledij, lange broek en shirt met lange mouwen, lichte gym pantoffels of indoor sportschoenen
- flesje water

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS305	dinsdag	16/07/24	Klimzaal Bleu	18.00-19.30	10
24ZS611	donderdag	08/08/24	Klimzaal Bleu	18.00-19.30	10

Praktisch

- Vooraf inschrijven is noodzakelijk. Het aantal plaatsen is beperkt.
- Inschrijven kan tot één week voor de start van de activiteit (tot en met 9 juli of tot en met 1 augustus)
- Prijs per persoon: € 8,50 (A, B, C, D-tarief) | € 1,70 (E-tarief)

18 G-CROSSFIT (18+)

Sporters met een fysieke beperking kunnen deze zomer deelnemen aan een sessie crossfit. Oefeningen van lage en hogere intensiteit rond kracht, uithouding en evenwicht zorgen voor een fijn moment van ontspanning en inspanning, waarbij je voortdurend op je eigen niveau uitgedaagd wordt. Zin om kennis te maken met crossfit? Kom dan zeker naar deze aangepaste les!

Plaats van afspraak

- Crooks CrossFit Gent: Wiedauwkaai 23 Z, 9000 Gent

Meebrengen

- sportieve kledij, indoor sportschoenen
- flesje water
- materiaal is ter plaatse aanwezig

Cursus	Dag	Data	Accommodatie	Uurregeling	Max aantal
24ZS306	donderdag	18/07/24	Crooks CrossFit Gent	10.30-12.00	8
24ZS508	donderdag	01/08/24	Crooks CrossFit Gent	10.30-12.00	8

Praktisch

- Vooraf inschrijven is noodzakelijk. Het aantal plaatsen is beperkt.
- Inschrijven kan tot één week voor de start van de activiteit (tot en met 11 juli of tot en met 25 juli)
- Prijs per persoon: € 14,25 (A, B, C, D-tarief) | € 2,85 (E-tarief)

Inschrijven zomersport

De inschrijvingen voor de zomersport starten:

- voor Gentenaars vanaf woensdag 29 mei 2024 om 9 uur
- voor niet-Gentenaars vanaf donderdag 30 mei 2024 om 9 uur.

Prijscategorieën

Gentenaars	Categorie B:	- 26 t/m 64 jaar
	Categorie D:	- 0 t/m 25 jaar - vanaf 65 jaar - personeel van de groep Gent en leden van Sodigent
	Categorie E:	- houders van UiTPAS met recht op kansentarief

Niet-Gentenaars	Categorie A:	- 26 t/m 64 jaar
	Categorie C:	- 0 t/m 25 jaar - vanaf 65 jaar
	Categorie D:	- personeel van de groep Gent, leden van Sodigent en studenten t/m 25 jaar aan een Gentse onderwijsinstelling
	Categorie E:	- houders van UiTPAS met recht op kansentarief (inwoners van Merelbeke, Destelbergen, Melle en Lochristi)

Inwoners van Gent, Destelbergen, Merelbeke, Melle en Lochristi die recht hebben op een UiTPAS met kansentarief krijgen met hun UiTPAS 80% korting op de activiteiten.



Nuttige adressen

Zwembaden

Rooigem

Peerstraat 1 | 9000 Gent

Openluchtcentra

Sport- en Recreatiepark Blaarmeersen (betalend parkeren: € 7 per wagen van 10 tot 18 uur)

- Buitensporten | strandgebouw

Strandlaan 24 | 9000 Gent

- Tennishal

Campinglaan 13 | 9000 Gent

- Skatepark

Zuiderlaan 13 | 9000 Gent

Externe locaties

Buurtsporthal Melopee

Crooks CrossFit Gent

Gentbrugse Meersen (yoga in 't park)

Koninklijke roeivereniging Club Gent

Lago Rozebroeken

Sporthal Driebeek

Kompasplein 2 | 9000 Gent

Wiedauwkaai 23 Z | 9000 Gent

Ingang 'Kasteel Coninxdonck', Koningsdonkstraat 118,
9050 Gentbrugge

Yachtdreef 2 | 9000 Gent

Victor Braeckmanlaan 180 | 9040 Sint-Amandsberg

Driebeekstraat 22 | 9050 Gentbrugge

Sportdienst

Huis van de Sport

Zuiderlaan 13

9000 Gent


sport.activiteiten@stad.gent


09 266 80 00

Op de hoogte blijven van het sportaanbod en Gentse sportnieuwtjes?

Schrijf je in op de digitale nieuwsbrief!

www.stad.gent/sport

 GentSport

 GentSport