

LEKKER BEWEGEN IN OPSTERLAND VOOR 0-6 JAAR

Overzicht activiteiten 2025





BEWEGEN = LEUK & BELANGRIJK

Bewegen op jonge leeftijd is van groot belang. Bij TeamFRL Opsterland krijgen we regelmatig de vraag welke activiteiten er allemaal voor peuters en kleuters zijn in de gemeente. Daarom is het allemaal in dit boekje op een rijtje gezet!

Heb je iets leuks gevonden? Neem vooraf wel even contact op met de desbetreffende sportclub.

Inhoudsopgave

Voetbal	4
Gymnastiek	5
Freerunning	7
Dans	8
Volleybal	9
Tennis	9
Korfbal	10
Zwemmen	11
Jeugdfonds Sport & Cultuur	12
Lekker naar buiten	13

VOETBAL

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
SV THOR	4 - 6	Ma.	18.15-19.15u	Voetbalveld Lippenhuizen	bestuur.thorlippenhuizen@gmail.com
VV Langezwaag	5 - 7	Wo.	16.30-17.30u	Voetbalveld Langezwaag	kp.boersma@gmail.com
VV Tijnje	4+	Za.	9.00-10.00u	Voetbalveld Tijnje	info@vv-tijnje.nl
VV de Sweach**	4 - 6	Za.	10.00-11.00u	Voetbalveld Beetsterzwaag	desweach.secretaris@gmail.com
VV Oerterp	4 - 6	Wo.	15.30-16.00u	Voetbalveld Ureterp	j.hijlkema2@agrifirm.com

**Deze activiteit is om de week



GYMNASTIEK

Peuter/kleutergym:

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
Longa Wijnjewoude	4 - 6	Wo.	14.45-15.45u	Sporthal Wijnjewoude	bestuur@longawijnjewoude.nl
GV Tijnje	3 - 6	Wo.	16.00-17.00u	Gymzaal Tijnje	gvtijnje@gmail.com
K&V Nij Beets	3+	Do.	16.00-16.45u	Gymzaal Nij Beets	kvnij-beets@live.nl
SV Langezwaag	2,5 - 5	Di.	14.45-15.30u	Gymzaal Langezwaag	kp.boersma@gmail.com
SV THOR	3 - 5	Do.	14:10-15:00u	Gymzaal Lippenhuizen	bestuur.thorlippenhuizen@gmail.com
GV Stânfries	3,5 - 6	Wo.	14.30-15.15u	Sporthal de Skâns Gorredijk	secretaris.gvstanfries@gmail.com



GYMNASTIEK

Speelgroepen:

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
FierZien	4 - 9mnd	Do.	11.00-12.00	Dans & Theaterstudio Eijer Gorredijk	janine@fierzien.nl
FierZien	10mnd-2,5jr	Do.	9.00-10.30u	Dans & Theaterstudio Eijer Gorredijk	janine@fierzien.nl

Ouder-kind gymnastiek:

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
Karin's fit & fun	1 - 3	Ma.	15.45-16.30u	Sporthal Revalidatie Friesland, Beetsterzwaag	info@karinsfitenfun.nl
K&V Nij Beets	1+	Do.	15.30-16.00u	Gymzaal Nij Beets	kvnij-beets@live.nl
Longa Wijnjewoude	2 - 4	Wo.	10.15-11.00u	Sporthal Wijnjewoude	bestuur@longawijnjewoude.nl
SV THOR	1,5+	Wo.	09.30-10.15u	Gymzaal Lippenhuizen	bestuur.thorlippenhuizen@gmail.com
GV Stânfries	1 - 4	Ma.	9.30-10.15u	Sporthal de Skâns, Gorredijk	secretaris.gvstanfries@gmail.com
Bewegingssintrum Mina	1,5 - 4	Wo.	14.30-15.15u	MFC De Wier, Ureterp	mina-ureterp@outlook.com

GYMNASTIEK

Fit & Fun diploma:

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
Karin's fit & fun	3 - 5	Wo.	15.15-16.00u	Sporthal Revalidatie Friesland, Beetsterzwaag	info@karinsfitenfun.nl
Karin's fit & fun	jongens 5+	Wo.	16.00-17.00u	Sporthal Revalidatie Friesland, Beetsterzwaag	info@karinsfitenfun.nl
Karin's fit & fun	meisjes 5+	Wo.	17.00-18.00u	Sporthal Revalidatie Friesland, Beetsterzwaag	info@karinsfitenfun.nl

Recreatie turnen/gymnastiek:

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
SV Langezwaag	meisjes 5+	Di.	16.45-17.30u	Gymzaal Langezwaag	kp.boersma@gmail.com
SV THOR	6+	Do.	15.00-16.00u	Gymzaal Lippenhuizen	bestuur.thorlippenhuizen@gmail.com

FREERUNNING

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
Karin's fit & fun	5 - 9	Di.	15.45-16.45u	Sporthal Revalidatie Friesland	info@karinsfitenfun.nl

DANS

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
SV THOR*	3 - 6	Ma.	15.15-16.00u	Gymzaal Lippenhuizen	bestuur.thorlippenhuizen@gmail.com
K&V Nij Beets	3,5+	Di.	16.00-16.30u	Gymzaal Nij Beets	kvnij-beets@live.nl
Eijer Producties	3,5+	Di.	15.00-15.45u	Dans & Theaterstudio Eijer Gorredijk	info@eijerproducties.nl
Eijer Producties	5+	Di.	15.45-16.30u	Dans & Theaterstudio Eijer Gorredijk	info@eijerproducties.nl
Salvation Dance Centre	2 - 5	Vr.	15.45-16.30	MFC de Wier Ureterp	info@salvationdancecentre.nl

*Deze activiteit gaat vooralsnog niet door i.v.m. ziekte.



VOLLEYBAL

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
SV THOR	5+	Za.	09.00-10.00u	Gymzaal Lippenhuizen	bestuur.thorlippenhuizen@gmail.com

TENNIS

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
TV Tijnje	5+	Wo.	17.45 - 18.45u	Tennisbaan Tijnje	tennis@tynje.nl

JUDO

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
Judo Kings	3,5+	Wo.	16.00-16.30u	Sportcentrum Unifit, Gorredijk	info@judokings.nl



KORFBAL

Vereniging	Leeftijd	Dag	Tijd	Locatie	Contactgegevens
LDODK	4 - 5	Wo.	17.00 - 17.45u	Sportpark Kortezaag	breedtekorfbal@ldodk.nl
LDODK	Vanaf 6	Wo.	17.00 - 18.00u	Sportpark Kortezaag	breedtekorfbal@ldodk.nl



ZWEMMEN

Ouder-kind zwemmen:

Vereniging	Leeftijd	Locatie	Contactgegevens
Sportcentrum Kortezwaag	12wk+	Sportcentrum Kortezwaag, Gorredijk	info@kortezwaag.nl

Zwemles:

Vereniging	Leeftijd	Locatie	Contactgegevens
Mijn Zwemschool	4+	Sportcentrum Kortezwaag, Gorredijk	gorredijk@mijnzwemschool.nl
Optisport Bakkeveen	4+	Zwembad Ureterp (binnen)	dundelle@optisport.nl
Optisport Bakkeveen	5+	Zwembad Optisport, Bakkeveen (buiten)	dundelle@optisport.nl





Te weinig geld voor lidmaatschap bij een sportclub? Het Jeugdfonds Sport & Cultuur helpt!

JEUGDFONDS SPORT & CULTUUR

Te weinig geld voor het lidmaatschap bij een sportclub?

Wil je kind graag op voetbal, turnen, streetdance, judo, muziekles of aan theater doen maar is er thuis weinig geld? Het Jeugdfonds Sport & Cultuur helpt! Zij betalen voor kinderen en jongeren tot en met 17 jaar de contributie of lesgeld en eventueel de spullen zoals sportkleding, sportschoenen of de huur van een instrument.

Hoe werkt het?

De aanvraag voor een bijdrage wordt gedaan door een intermediair. Buurtsportcoach Geerte is intermediair en helpt je graag. Neem contact op met Geerte voor het indienen van een aanvraag. Na goedkeuring kun jij je kind zelf aanmelden bij de sportclub. Het fonds betaalt de contributie rechtstreeks aan de sportclub.

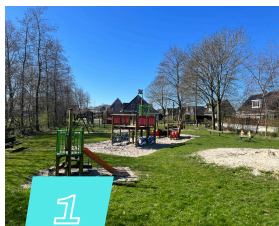
Geerte is te bereiken via geerte@sportfryslan.nl en 06 - 57 040 151.



LEKKER NAAR BUITEN

Ken jij alle leuke speeltuinen in Opsterland al?

Wil je zelf lekker buitenspelen en eens in een andere speeltuin kijken? Je vindt hier enkele leuke speeltuinen waar je eens kunt kijken en spelen. Meer speeltuinen zien? Dat kan via opsterland.ynbeweging.nl



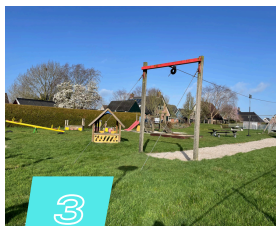
1

Speeltuin Nij Beets



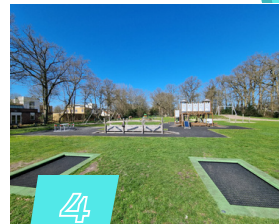
2

Speeltuin Bakkeveen



3

Speeltuin Jonkerslân



4

Speeltuin Beetsterzwaag



5

Speeltuin Gorredijk



6

Speeltuin Ureterp



7

Speeltuin Tijnje

YnBeweging



YnBeweging is het sport- en beweegplatform voor en van mensen uit de gemeente Opsterland. Met YnBeweging ondersteunen we inwoners met het vinden van en deelnemen aan passende sportactiviteiten.

Het doel: zoveel mogelijk mensen uit de gemeente Opsterland te motiveren om (meer) in beweging te komen!

Ga voor het sportaanbod uit de buurt naar Opsterland.ynbeweging.frl of download de YnBeweging app!



**Vragen?
Neem contact op!**

Lillian
Lillian@sportfryslan.nl
06 - 30 70 21072

Ontbreekt er aanbod of staan er foute gegevens vermeld?
Neem dan contact op met de buurtsportcoaches.

Scan de qr-code om naar de digitale versie
van het sport- en beweegaanbod te gaan.



TEAM.FRL/OPSTERLAND

