

## Spelregels Sport- en Cultuurhopper

### Deelname

Alle inwoners van de gemeente Groningen kunnen meedoen. Per cursus kan de leeftijds-indeling verschillen. Op [www.sportcultuurhopper.nl](http://www.sportcultuurhopper.nl) vind je altijd het volledige en geactualiseerde cursusaanbod.

### Aanbod

Je mag je aanmelden voor meerdere cursussen (max. 3). Let op! Een aantal cursussen heeft een maximum aantal deelnemers. Er vindt dan een loting plaats.

### Aanmelding

Je kan je uitsluitend opgeven via [www.sportcultuurhopper.nl](http://www.sportcultuurhopper.nl). De laatste dag om je aan te melden is **10 oktober 2023**.

### Bevestiging

Na afloop van de aanmeldperiode vindt de eventuele loting plaats. Je ontvangt in een e-mail of je wel of niet kan deelnemen. Ook als de cursus vol is ontvang je bericht. Inschrijven voor een cursus die nog niet vol zit is mogelijk via de na-inschrijving. Heb je een week voordat de cursus begint niets van ons ontvangen, bel dan met **050-8700100** of mail [info@hvdsg.nl](mailto:info@hvdsg.nl).

### Kosten

De kosten verschillen per cursus en staan bij elke cursus apart vermeld. Indien de cursus niet gratis is, betaal je op de eerste les het volledige cursusbedrag contant aan de vereniging of aanbieder. Afhankelijk van de aanbieder is het verplicht of mogelijk om met pin te betalen.

### Organisatie

Sport- en Cultuurhopper wordt georganiseerd door Huis voor de Sport Groningen en VRIJDAG in de Buurt, in samenwerking met verenigingen en aanbieders uit de gemeente Groningen.

Bij opgave gaat u akkoord met de algemene voorwaarden van de Sport- en Cultuurhopper vermeld op de website.



### MUZIEK EN ZANG

**Kiddy Orchestra**  
Muziekhuis050 - Binnenstad  
4 t/m 7 jaar 3 x op wo. € 10,-

**Kinderkoor**  
Groninger Kinder en Jeugdkoor - Rivierenbuurt of Zuid  
4 t/m 18 jaar 3 x op di. of vr. € 5,-

**Koor**  
Gemengd koor De Zingerij - Lewenborg  
18 t/m 88 jaar 3 x op ma. Gratis  
KABAAL Muziektheater - Kostverloren  
6 t/m 9 jaar 5 x op wo. Gratis

**Kooranjie - Oranjebuurt**  
18 t/m 100 jaar 8 x op wo. Gratis  
Roder Jongenskoor - Haren  
6 t/m 12 jaar 4 x op za. Gratis  
Stichting Luisterwijk - Noorderplantsoen  
12 t/m 100 jaar 3 x op wo. € 10,-  
VRIJDAG - Noorderplantsoen  
12 t/m 21 jaar 8 x op ma. € 15,-

**Muziekshow**  
KABAAL Muziektheater - Kostverloren  
9 t/m 12 jaar 5 x op wo. Gratis  
VRIJDAG - Noorderplantsoen  
4 t/m 7 jaar 8 x op wo. € 15,-

**Piano**  
Pianoles op maat - Noorderplantsoen  
6 t/m 16 jaar 1 x op vr. Gratis

**Productie/mixen/studioteknik**  
VRIJDAG - Noorderplantsoen  
7 t/m 16 jaar 8 x op vr. € 15,-

**Viool**  
Studio Violino - Helpman  
6 t/m 96 jaar 1 x op za. € 4,-  
Vioolschool Oktje Lambermont - Haren  
4 t/m 9 jaar 3 x op ma. € 15,-

**Muziek voor kinderen**  
VRIJDAG - Noorderplantsoen  
0 t/m 3 jaar 8 x op do. € 30,-

**Muziek voor volwassenen**  
VRIJDAG - Noorderplantsoen  
16 t/m 99 jaar 4 x op do. € 15,-

**Muziek, Theater, Beeldende kunst**  
VRIJDAG - Binnenstad  
4 t/m 12 jaar 5 x op wo. € 15,-

### NAAICURSUS

EchtEeke - Helpman  
12 t/m 18 jaar 1 x op vr. € 15,-  
Studio Draadkracht - West-Indische Buurt  
8 t/m 100 jaar 1 x op za. of di. € 15,-

### NUNCHAKU

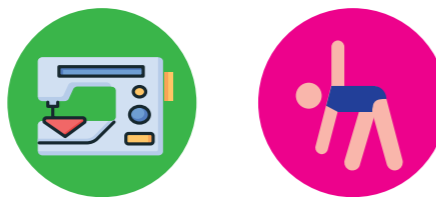
Jiritsu - Hoogkerk  
7 t/m 99 jaar 4 x op ma. of za. € 10,-

### OUDER&KIND

**Yoga**  
Marabou Yoga - Oranjebuurt  
3 t/m 5 jaar 6 x op za. € 62,50

**Dreumes/peuter/kleutergym**  
Personal Body Shape - Gravenburg  
1 t/m 6 jaar 4 x op vr. € 25,-

**Dreumes/peuterdans**  
Personal Body Shape - Selwerd  
1 t/m 4 jaar 4 x op vr. € 20,-



### OUTDOOR COMBATTRAINING

Go Smarts - Kardinge  
16 t/m 69 jaar 3 x op wo. Gratis

### PADEL

Peakz Padel Groningen - Euroborg  
5 t/m 99 jaar 4 x of 1 x op ma., di., wo. of do. € 30,-

### PARAPADEL

Peakz Padel Groningen - Euroborg  
16 t/m 99 jaar 4 x op ma. € 20,-

### PARKINSON DANS

Dans op recept - De Hoogte  
25 t/m 100 jaar 4 x op ma. € 13,50

### PILATES

Personal Body Shape - Gravenburg of Selwerd  
12 t/m 70 jaar 4 x op vr. of ma. € 25,-

### RITMISCHE GYMNASIEK

DIO - Oosterhogebrug  
7 t/m 14 jaar 4 x op do. Gratis



### ROLSTOELTENNIS

TSH - Haren  
8 t/m 100 jaar 4 x op do. Gratis

### ROTS & WATER

Marabou Yoga - Oranjebuurt  
8 t/m 12 jaar 6 x op vr. € 175,-

### RUGBY

Rugby Club Groningen (RCG) - Helpman  
6 t/m 17 jaar 8 x of 4 x op ma. of di. Gratis

### SCHAATSEN

KNSB Gewest Groningen - Kardinge  
4 t/m 13 jaar 4 x op za. € 37,50  
YVG (IJvereniging Groningen) - Kardinge  
5 t/m 13 jaar 5 x op wo. of za. € 37,50

### SCHAKEN

JSC Matadores - Corpus den Hoorn of Lewenborg  
6 t/m 12 jaar 6 x op di. of vr. € 10,-

### SCHRIJVEN

Script en co - Binnenstad  
18 t/m 99 jaar 1 x op ma. of do. Gratis

### SCOUTING

Woudlopers-kipling - Westpark  
7 t/m 15 jaar 7 x op za. Gratis

### SENIORENGYMNASIEK

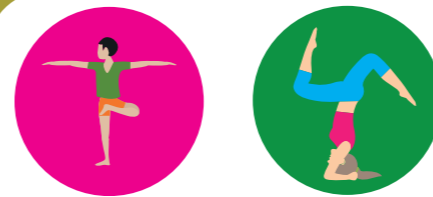
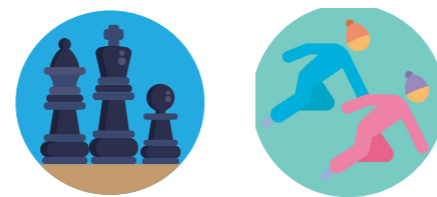
DIO - Oosterhogebrug  
55 t/m 101 jaar 4 x op vr. Gratis

### SHORTTRACK

Shorttrackvereniging Groningen STG - Kardinge  
8 t/m 16 jaar 3 x op di. € 20,-

### SNOOKER

KNBB - Sectie Snooker - Centrum  
8 t/m 100 jaar 4 x op zo. € 10,-



### SPORT, SPEL EN BEWEGEN

Stichting BEA- Haren  
18 t/m 75 jaar 8 x op ma. of wo. Gratis

### STOEL WORKOUT

Chair Workout - Online  
18 t/m 60 jaar 6 x op zo. € 18,-

### STOELFITNESS

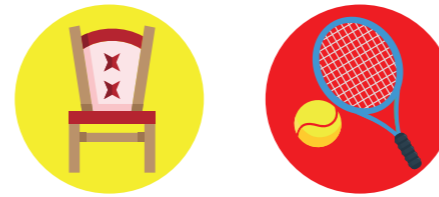
Chair Workout - Online  
18 t/m 60 jaar 6 x op di. € 18,-

### STOELYOGA

Chair Workout - Online  
18 t/m 80 jaar 6 x op zo. € 18,-

### TAEKWONDO

BOOZ ITF Taekwon-Do - Helpman  
7 t/m 18 jaar 8 x op ma. Gratis  
Louisa Martial Arts - Ten Boer  
8 t/m 99 jaar 7 x op di. Gratis  
Sportcenter Tapilatu Hoogkerk - Hoogkerk  
6 t/m 50 jaar 4 x of 2 x op ma. of wo. € 20,-  
Sung Zang Taekwon-Do - Helpman  
8 t/m 100 jaar 3 x op do. Gratis  
Taekwon-do Groningen - Oosterhogebrug  
6 t/m 15 jaar 3 x op ma. Gratis  
Taekwondo school Henk Meijer - Oosterparkwijk  
6 t/m 65 jaar 4 x op ma., wo. of vr. € 10,-



### TAFELTENNIS

Stichting de Brug Stad Groningen - Corpus den Hoorn  
18 t/m 80 jaar 5 x op di. Gratis  
Tafeltennisvereniging Vinkhuizen - Vinkhuizen  
9 t/m 11 jaar 2 x op vr. Gratis  
TTV Argus - Harkstede  
6 t/m 18 jaar 8 x op vr. Gratis

### TANG SOO DO (Koreans karate)

Sportvereniging Kwon-Moo - Oosterparkwijk, Reitdiep of Ten Boer  
6 t/m 70 jaar 3 x op wo., vr., ma., di. of za. € 10,-

### TENNIS

G.L.T.V. Cream Crackers - Corpus den Hoorn  
6 t/m 10 jaar 7 x op vr. € 60,-  
Tennisclub Ten Boer - Ten Boer  
7 t/m 99 jaar 4 x op ma., di. of do. € 10,-

### TEXTIELE WERKVORMEN

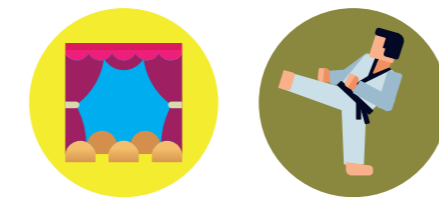
VRIJDAG - Binnenstad  
18 t/m 99 jaar 8 x op vr. € 90,-

### THEATER

VRIJDAG - Noorderplantsoen  
5 t/m 99 jaar 8 x op ma., di., do. of vr. € 56,-

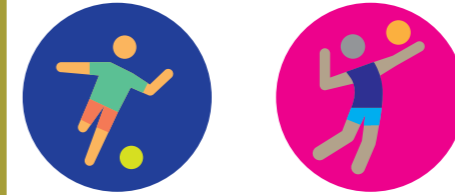
### UNIHOCCY

Unihockey en Floorball Club Groningen - Beijum of Selwerd  
6 t/m 13 jaar 1 x op do. of vr. Gratis



### VITALITEITSTRAINING

HSV Haren - Haren  
65 t/m 90 jaar 2 x op ma. of vr. Gratis



### VOETBAL

Auti(voetbal)team Glimmen - Glimmen  
8 t/m 30 jaar 4 x op vr. Gratis  
GRC Groningen - Corpus den Hoorn  
5 t/m 12 jaar 4 x op wo. Gratis  
GVAV Rapiditas - Kardinge  
8 t/m 11 jaar 3 x op vr. Gratis  
SC Stadspark - Stadspark  
4 t/m 6 jaar 3 x op wo. Gratis  
SJO Coendersborg - Coendersborg  
5 t/m 7 jaar 4 x op za. Gratis  
VV GEO - Garmerwolde  
5 t/m 14 jaar 8 x of 7 x op wo., do., za. of di. Gratis  
vv Helpman - Helpman  
5 t/m 6 jaar 4 x op za. Gratis

### WALKING VOETBAL

VV Glimmen - Glimmen  
40 t/m 100 jaar 4 x op vr. Gratis

### VOLLEYBAL

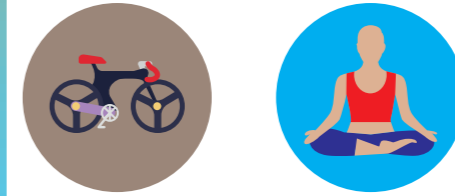
HSV Haren - Haren  
35 t/m 75 jaar 2 x op di. Gratis  
Lycurgus - Selwerd  
6 t/m 11 jaar 3 x op wo. Gratis

### WEERBAARHEIDSTRAINING

Go Smarts - Kardinge  
16 t/m 50 jaar 1 x op do. Gratis

### WIELRENNEN

Stichting BEA - Haren  
20 t/m 70 jaar 8 x op wo. Gratis



### YOGA FOR TEENS

Marabou Yoga - Oranjebuurt  
10 t/m 14 jaar 5 x op za. € 62,50

### ZWEMMEN

**Diploma C**  
Dames Zwemclub Noorderbad - Kardinge  
6 t/m 12 jaar 3 x op wo. Gratis  
**Snuffelzwemmen**  
Dames Zwemclub Noorderbad - Kardinge  
4 t/m 7 jaar 1 x op wo. Gratis

### Waterpolo

GZ Trivia - Selwerd of Helpman  
7 t/m 14 jaar 5 x op di. of do. € 8,-

### Zwemconditie

Chr. Zwemvereniging de Dolfijn - Selwerd  
18 t/m 99 jaar 2 x op vr. Gratis  
Dames Zwemclub Noorderbad - Selwerd of Kardinge  
18 t/m 65 jaar 3 x op wo. of vr. Gratis  
Stichting de Brug Stad Groningen - Selwerd  
16 t/m 65 jaar 4 x op di. Gratis  
Watervrienden Groningen - Kardinge  
8 t/m 13 jaar 5 x op ma. € 5,-



herfst/winter  
2023/2024

SPORT  
CULTUUR  
HOPPER

# De Sport- en Cultuurhopper is voor alle leeftijden



## ATLETIEK

Groningen Atletiek - Stadspark  
16 t/m 100 jaar 4 x op vr. Gratis

## BADMINTON

BC Beijum - Beijum  
7 t/m 99 jaar 4 x of 3 x op di. Gratis  
BC GO! - Europapark  
7 t/m 75 jaar 5 x op ma. of do. € 10,-  
BC Hoogkerk - Hoogkerk  
8 t/m 99 jaar 8 x op do. Gratis

## BASKETBAL

BVG - Korrewegwijk, Beijum, Lewenburg,  
De Wijert of Europapark  
6 t/m 99 jaar 4 x op ma., di., wo., do. of vr. € 5,-  
HSVB - Haren  
6 t/m 10 jaar 3 x op ma. Gratis  
Stichting Bea - Haren  
16 t/m 65 jaar 8 x op wo. Gratis



## BEELDENDE KUNST

Beeldend bezig! - Hoornsemeer  
11 t/m 16 jaar 1 x op za. € 7,50  
VRIJDAG - Binnenstad  
14 t/m 21 jaar 4 x op vr. € 15,-  
**Druktechnieken**  
VRIJDAG - Binnenstad  
18 t/m 99 jaar 4 x op di. € 45,-  
**Kinderatelier**  
Beeldend bezig! - Hoornsemeer  
6 t/m 12 jaar 1 x op wo. of vr. € 7,50  
VRIJDAG - Binnenstad  
5 t/m 9 jaar 4 x op di. € 15,-  
**Tekenen en schilderen**  
Beeldend bezig! - Hoornsemeer  
6 t/m 100 jaar  
1 x of 3 x op ma., vr., wo. of za. € 10,-

## BEWEGEN OP MUZIEK

HSV Haren - Noordlaren  
65 t/m 90 jaar 2 x op wo. Gratis

## BOCCÉ

Stichting de Brug Stad Groningen -  
Corpus den Hoorn  
18 t/m 80 jaar 2 x op do. Gratis

## BOKSEN

Happy Body Movement - Haren  
50 t/m 99 jaar 4 x op di. Gratis

## BOKSZAK TRAINING

Go Smarts - Kardinging  
16 t/m 69 jaar 3 x op za. Gratis



## BOOTCAMP

Personal Body Shape - Gravenburg  
12 t/m 70 jaar 4 x op ma. € 25,-  
Stichting BEA - Haren  
18 t/m 65 jaar 8 x op ma. Gratis

## BOWLING

Stichting de Brug Stad Groningen - Binnenstad  
18 t/m 65 jaar 4 x op do. € 10,-

## BUITEN FITNESS

Go Smarts - Kardinging  
16 t/m 69 jaar 3 x op wo. Gratis  
Onbeperkt sporten op maat - Groningen  
18 t/m 100 jaar 1 x op ma. Gratis

## CIRCUS

**Acrobatie volwassenen**  
Circus Santelli - Oosterparkwijk  
18 t/m 99 jaar 5 x op vr. € 50,-  
**Alle technieken**  
Circus Santelli - Oosterparkwijk  
4 t/m 12 jaar 5 x op za. of zo. € 50,-  
**Ouder & Kind**  
Circus Santelli - Oosterparkwijk  
2 t/m 7 jaar 5 x op za. of zo. € 55,-  
**Trapeze en Doecken**  
Circus Santelli - Oosterparkwijk  
8 t/m 12 jaar 5 x op za. € 50,-  
**Aerial Tissue**  
Circus Santelli - Oosterparkwijk  
16 t/m 99 jaar 5 x op vr. € 50,-

## CONDITIETRaining

HSV Haren - Haren  
65 t/m 90 jaar 2 x op wo. Gratis

## DAMMEN

Damgenootschap Het Noorden (DG Het  
Noorden) - Kostverloren  
6 t/m 12 jaar 7 x op vr. Gratis



## DANS - BALLET

Stichting de Brug Stad Groningen -  
Corpus den Hoorn  
18 t/m 80 jaar 7 x op wo. Gratis

### Ballet

Balletschool Dance d'Ali - Helpman of  
Oosterhoogebrug  
4 t/m 11 jaar 3 x op ma., wo. of za. € 15,-  
BattU - Lewenburg  
14 t/m 16 jaar 5 x op vr. € 20,-  
Lucia Marthas Institute For Performing  
Arts - Paddepoel  
12 t/m 90 jaar 6 x op ma. of za. € 45,-



## Breakdance

84 studios - Korreweg  
4 t/m 16 jaar 4 x op ma., wo. of do. € 15,-

## Flamenco

Balletschool Dance d'Ali -  
Oosterhoogebrug  
18 t/m 60 jaar 4 x op ma. € 30,-

## Hiphop

Lucia Marthas Institute For Performing  
Arts - Paddepoel  
8 t/m 16 jaar 6 x op ma. € 35,-  
Training & Movement - Noorderplantsoen  
6 t/m 13 jaar 4 x op wo. € 15,-

## Kleuterdans

Lucia Marthas Institute For Performing  
Arts - Paddepoel  
3 t/m 5 jaar 6 x op wo. of za. € 35,-

## Marthas Energy Dance training

Lucia Marthas Institute For Performing  
Arts - Paddepoel  
18 t/m 90 jaar 6 x op ma. € 45,-



## Modern

Balletschool Dance d'Ali - Oosterhoogebrug  
8 t/m 55 jaar 4 x op do. € 25,-  
BattU - Lewenburg  
9 t/m 13 jaar 5 x op ma. € 30,-

## PTMD (Pop Theatre Musical Dans)

Lucia Marthas Institute For Performing  
Arts - Paddepoel  
6 t/m 90 jaar 6 x op wo., do. of za. € 35,-

## Salsation

Balletschool Dance d'Ali - Oosterhoogebrug  
16 t/m 55 jaar 4 x op di. € 30,-

Lucia Marthas Institute For Performing  
Arts - Paddepoel  
18 t/m 90 jaar 6 x op do. € 45,-

## Sing and Dance

Lucia Marthas Institute For Performing  
Arts - Paddepoel  
8 t/m 17 jaar 6 x op wo. of za. € 35,-

## Streetdance

Balletschool Dance d'Ali - Helpman of  
Oosterhoogebrug  
4 t/m 15 jaar 3 x of 4 x op di., wo. of vr. € 20,-  
Dijkmansport - Oosterhoogebrug  
6 t/m 14 jaar 4 x op wo., do. of za. € 15,-



## Tapdans

Balletschool Dance d'Ali - Oosterhoogebrug  
16 t/m 55 jaar 4 x op vr. € 30,-

## Urban dance

Ramé Dance Club - Binnenstad  
25 t/m 99 jaar 4 x op wo. of do. € 20,-

## Werelddans

Hofdansvereniging Plaisir Courtois -  
Oosterhoogebrug  
18 t/m 50 jaar 1 x op di. Gratis

## Kidsdance

Dijkmansport - Oosterhoogebrug  
4 t/m 5 jaar 4 x op za. € 15,-  
Ramé Dance Club - Hoogkerk  
5 t/m 15 jaar 4 x op do. of vr. € 20,-



## DOOFVRIENDELIJK KICKBOKSEN

Happy Body Movement - Haren  
16 t/m 99 jaar 4 x op di. Gratis

## DREUMES/PEUTERGYM

CSV Voorwaarts - Glimmen  
3 t/m 7 jaar 8 x op wo. Gratis

## FITNESS

**Functionele training**  
Sportcenter Tapilatu Hoogkerk -  
Hoogkerk  
40 t/m 65 jaar 4 x op wo. € 20,-

## Kettlebell

Sportcenter Tapilatu Hoogkerk -  
Hoogkerk  
17 t/m 45 jaar 4 x op wo. of ma. € 20,-



## FLOORBALL

HSV Haren - Haren of Haren  
7 t/m 75 jaar 2 x op di. of do. Gratis  
Unihockey en Floorball Club Groningen -  
Beijum of Selwerd  
6 t/m 13 jaar 1 x op do. of vr. Gratis

## FRAMERUNNING

Groningen Atletiek Framerunning -  
Stadspark  
6 t/m 20 jaar 3 x op wo. Gratis

## FRAMEVOETBAL

Kids United G-voetbal - Europapark  
6 t/m 18 jaar 7 x op vr. Gratis

## FREERUNNING

CSV Voorwaarts - Glimmen  
8 t/m 16 jaar 8 x op wo. Gratis  
Flexbeweging - Corpus den Hoorn,  
Ten Boer of Selwerd  
6 t/m 18 jaar 2 x of 1 x op di., wo. of do. Gratis  
Turnstad Groningen - Hoogkerk,  
Oosterparkwijk of Eelderwolde  
7 t/m 16 jaar 4 x op do. of vr. € 10,-

## FRISBEE

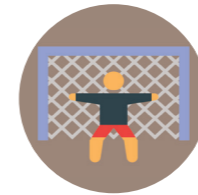
Frisbeevereniging Gronical Dizziness -  
De Hoogte  
8 t/m 17 jaar 5 x op ma. Gratis

## G-HOCKEY

GHC Groningen - Haren  
10 t/m 100 jaar 3 x op za. Gratis

## GOALBALL

Stichting Bea - Haren  
12 t/m 65 jaar 8 x op wo. Gratis



## GOLF

Noord-Nederlandse Golf & Country Club -  
Glimmen  
10 t/m 14 jaar 5 x op ma. € 50,-  
Pitch&Putt Golf - Kardinging  
8 t/m 80 jaar 4 x op vr. € 20,-

## G-VOETBAL

Kids United G-voetbal - Hoogkerk  
6 t/m 35 jaar 8 x op wo. Gratis

## GYMNASTIEK - TURNEN

DIO - Oosterhoogebrug  
6 t/m 12 jaar 4 x op do. Gratis  
HSV Haren - Corpus den Hoorn of Haren  
4 t/m 75 jaar 2 x op di. of vr. Gratis  
Turnstad Groningen - Gravenburg,  
Lewenburg, Paddepoel, Reitdiep of  
Hoogkerk  
6 t/m 16 jaar 4 x op ma., di., wo., do. of vr. € 12,50

## HAEDONG KUMDO

(KOREAANSE ZWAARDKUNST)  
Sportvereniging Kwon-Moo - Reitdiep of  
Ten Boer  
13 t/m 70 jaar 3 x op wo. of di. € 10,-



## HANDBAL

Handbalvereniging V&S Groningen -  
Lewenburg of Kardinging  
7 t/m 15 jaar 4 x op wo. of vr. Gratis

## HARDLOPEN

ATC'75 - Glimmen  
6 t/m 18 jaar 3 x op wo. Gratis  
Groningen Atletiek - Stadspark  
20 t/m 100 jaar 4 x op wo. of do. Gratis  
Stichting Bea - Haren  
18 t/m 65 jaar 8 x op di. Gratis

## HOCKEY

GHBS - Corpus den Hoorn  
5 t/m 15 jaar 3 x op wo. of do. Gratis

## HONK- & SOFTBAL

B.S.C. Caribe - Corpus den Hoorn  
4 t/m 11 jaar 5 x op za. Gratis

## HOPAESOOl

Sportvereniging Kwon-Moo - Ten Boer  
14 t/m 70 jaar 3 x op wo. € 10,-

## JEUGDKICKBOKSEN

Go Smarts - Kardinging  
13 t/m 17 jaar 3 x op zo. Gratis  
Sportcenter Tapilatu Hoogkerk - Hoogkerk  
6 t/m 14 jaar 4 x op di. of do. € 35,-

## JUDO

Dijkmansport - Oosterhoogebrug,  
Europapark of Haren  
3 t/m 15 jaar 4 x op vr., za., ma., wo. of do. € 15,-  
Jiritsu - Hoogkerk of Haren  
2 t/m 99 jaar 4 x op di., do. of vr. € 10,-  
Judo Academy NN - Oosterparkwijk,  
Kardinging, Vinkhuizen of Engelbert  
5 t/m 99 jaar 3 x op ma., di., wo. of vr. € 12,50



## KARATE

Go Smarts - Kardinging  
7 t/m 12 jaar 3 x op zo. Gratis  
Sportclub F en F - Centrum  
6 t/m 100 jaar 8 x op do. Gratis

## KICKBOKSEN

Go Smarts - Kardinging  
16 t/m 65 jaar  
3 x op ma. of wo. Gratis  
Happy Body Movement - Haren  
6 t/m 50 jaar 8 x of 6 x op ma., wo. of do. € 50,-  
Sportcenter Tapilatu Hoogkerk - Hoogkerk  
15 t/m 35 jaar 4 x op do. € 20,-

## KIDS MARTIAL ARTS

Go Smarts - Kardinging  
5 t/m 6 jaar 3 x op zo. € 6,-

## KINDERYOGA

Marabou Yoga - Oranjebuurt  
6 t/m 9 jaar 6 x op za. € 85,-

## KLEUTERGYM

Turnstad Groningen - Helpman, Beijum of  
Hoogkerk  
3 t/m 6 jaar 4 x op ma. of wo. w€ 10,-

## KLIMMEN

Gropo - Ulgersmaborg  
12 t/m 99 jaar 4 x op di. € 34,-



## KORFBAL

CKV ROG - Kardinging  
3 t/m 16 jaar 5 x op ma., wo. of za. Gratis  
GKV Nic. / KV Hoogkerk - Hoogkerk  
4 t/m 11 jaar 6 x op vr. Gratis

## KUNSTSCHAATSEN

Kunstrijclub Groningen - Kardinging  
5 t/m 10 jaar 3 x op do. € 40,-

## MAKEN, DOEN, ONTWIKKELEN

De Jonge Onderzoekers - Oosterparkwijk  
8 t/m 12 jaar 4 x op wo. € 10,-  
MAAK-Lab Gro - Vinkhuizen  
6 t/m 26 jaar 2 x op do., vr. of wo. € 8,-  
Studio Draadkracht - West-Indische Buurt  
15 t/m 100 jaar 1 x op wo. € 9,50

## MARTIAL ARTS

**Goshido**  
Kurokumo Bushido Academie - Kardinging  
18 t/m 65 jaar 4 x op wo. Gratis  
**Karate**  
Dojo Kokoro - Vinkhuizen  
13 t/m 55 jaar 4 x op ma. Gratis  
Go Smarts - Kardinging  
7 t/m 17 jaar 3 x op di., wo. of vr. Gratis

