

GEMEENTE WESTERKWARTIER

www.sportencultuurwesterkwartier.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website of scan de QR-code.



Inschrijving deelnemers
27 augustus tot 17 september 2026

Na inschrijving deelnemers
19 september tot 29 september 2026

Uitvoerperiode is van
5 oktober tot en met 18 december 2026

BEWEGEN OP MUZIEK 55+
KDV Kwiek - Noordhorn of Zuidhorn
Start: 05-10 of 07-10
55 t/m 90 jaar
8 x op ma. of wo. - Gratis
Uniek Sporten: V - + = # /

BOOTCAMP
Witteborgsport - Grijskerk of Kornhorn
Start: 21-10 of 23-10
25 t/m 65 jaar
2 x op wo. of vr. - Gratis
Uniek Sporten: - = #

DANS > ZUMBA
Witteborgsport - Oldekerk
Start: 21-10
25 t/m 65 jaar
2 x op wo. - Gratis
Uniek Sporten: + =

FREERUNNEN
Witteborgsport - Opende of Grijskerk
Start: 19-10 of 22-10
6 t/m 25 of 12 t/m 35 jaar
2 x op ma. of do. - Gratis
Uniek Sporten: - +

GYMNASTIEK / TURNEN
> PEUTER-/KLEUTERGYMNASTIEK
Witteborgsport - Opende
Start: 20-10
2 t/m 6 jaar
2 x op di. - Gratis
Uniek Sporten: - +

GYMNASTIEK / TURNEN > STOELGYM 50+
Stoelgym Kornhorn - Kornhorn
Start: 07-10, 21-10 of 28-10
50 t/m 99 jaar
1 x op wo. - Gratis
Uniek Sporten: = #

JUDO
Judo Grootegast - Sebaldeburen
Start: 09-10
12 t/m 75 jaar
3 x op vr. - Gratis
Uniek Sporten: -

www.sportencultuurwesterkwartier.nl

JUMPING > JUMPING FITNESS (MINITRAMPOLINES)
Witteborgsport - Oldekerk
Start: 21-10
25 t/m 60 jaar
2 x op wo. - Gratis
Uniek Sporten: - +

SPORT & SPEL 55+
KDV Kwiek - Zuidhorn
Start: 05-10
40 t/m 80 jaar
8 x op ma. - Gratis
Uniek Sporten: - = /

TAEKWONDO
Auti-Taekwon-Do Groningen - Groningen
Start: 05-10
13 t/m 20 jaar
8 x op ma. - Gratis
Uniek Sporten: +

VOLLEYBAL
KDV Kwiek - Zuidhorn
Start: 05-10
40 t/m 85 jaar
8 x op ma. - Gratis
Uniek Sporten: - = #

www.sportencultuurwesterkwartier.nl

GEMEENTE EEMSDelta

www.eemsdeltabeweegt.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website of scan de QR-code.



Inschrijving deelnemers
27 augustus tot 17 september 2026

Na inschrijving deelnemers
19 september tot 29 september 2026

Uitvoerperiode is van
5 oktober tot en met 18 december 2026

FRAME RUNNING
AV Fivelstreek - Delfzijl
Start: 07-10
4 t/m 18 jaar
4 x op wo.
Gratis
Uniek Sporten: V - # /

TAFELTENNIS
TTV Midstars - Middelstum
Start: 23-10
15 t/m 100 jaar
4 x op vr.
Gratis
Uniek Sporten: = #

www.eemsdeltabeweegt.nl

SPELREGELS

UNIEK SPORTEN HOPPER

DEELNAME
Het doel van de Uniek Sporten Hopper is om inwoners uit de provincie Groningen met een beperking, achterstand of andere kwetsbaarheid op een laagdrempelige manier kennis te laten maken met verschillende sport- en beweegactiviteiten bij lokale verenigingen en aanbieders.

AANBOD
Er is aanbod in vijf verschillende gemeenten. Opgeven voor een cursus kan op de website van de gemeente waar het aanbod georganiseerd wordt.

BEVESTIGING EN NA INSCHRIJVING
Enkele dagen na afloop van de aanmeldperiode vind eventuele loting plaats. Je ontvangt een e-mail of je wel of niet kan deelnemen. Na de lotingsdatum volgt nog een na inschrijvingsperiode. Je kunt je dan nog opgeven voor cursussen waar nog ruimte is. Dit gaat volgens het principe vol=vol.

Heb je een week voordat de cursus begint niets ontvangen, bel dan met Huis voor de Sport Groningen 050-8700100 of mail info@hvdsg.nl

KOSTEN
De kosten verschillen per cursus en staan bij elke cursus apart vermeld. Indien de cursus niet gratis is, betaal je de eerste les het volledige cursusbedrag aan de vereniging of aanbieder.

Afhankelijk van de aanbieder is het verplicht of mogelijk om met pin te betalen.

ORGANISATIE
Uniek Sporten Hopper wordt georganiseerd door Huis voor de Sport Groningen in samenwerking met verenigingen en aanbieders uit de provincie Groningen.

Bij opgave gaat u akkoord met de algemene voorwaarden.

KLEUREN LEGENDA:

- V Visueel (blind/slechtziend)
- Auditief (doof/slechthorend)
- + Autisme Spectrum Stoornis
- = Chronische aandoening
- ≈ Gedragsproblematiek
- # Lichamelijk
- M Meervoudig
- / Niet aangeboren hersenletsel
- o Psychisch
- Verstandelijk



Kevin de Haan kevin.dehaan@veendam.nl

Veendam

Arnesto Ova a.ova@welstad.nl

Stadskanaal

CONTACTPERSOON

buurtsportcoaches@sociaalwerkdeshans.nl

Westerkwartier

l.beijleveldt@hvdsg.nl

Tim Beijleveldt

Pakela

l.bats@hvdsg.nl



Leonie Bats

OPDRACHTGEVER

Huis voor de Sport

ORGANISATIE

Uniek Sporten Hopper

COLOFON

Frederique Kraster



f.kraster@hvdsg.nl

Westerwilde

l.jansen@hvdsg.nl



Lonneke Jansen

Oldambt

r.huizenga@hvdsg.nl



Renieta Huizenga

Het Hogeland

e.wollich@hvdsg.nl



Ellen Wollich

Groningen

c.tenhove@hvdsg.nl



Chantal ten Hove

Eemsdelta

BEWEEGCOACHES



MEER INFORMATIE?
Neem contact op met een van de beweegcoaches of contactpersonen.



Huis voor de Sport
Groningen

UNIEK
SPORTEN
HOPPER

PERIODE A
NAJAAR
2026



GEMEENTE GRONINGEN

www.sportcultuurhopper.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website of scan de QR-code.



Inschrijving deelnemers
27 augustus tot 17 september 2026

Na inschrijving deelnemers
19 september tot 29 september 2026

Uitvoerperiode is van
5 oktober tot en met 18 december 2026

BEELDENDE KUNST > BOETSEREN

MAAK-Lab Gro - Vinkhuizen

Start: 09-10 of 11-10
21 t/m 88 jaar
2 x op vr. of zo.
€ 30,-
Uniek Sporten:

BEELDENDE KUNST > HOUTBEWERKING

MAAK-Lab Gro - Vinkhuizen

Start: 07-10 of 10-10
14 t/m 21 jaar
3 x op wo. of za.
€ 22,50
Uniek Sporten:

DANS > BEWEGEN OP MUZIEK

HSV Haren - Noordlaren

Start: 21-10
55 t/m 90 jaar
2 x op wo.
Gratis
Uniek Sporten:

DANS > DANS - BREAKDANCE

84 studios - Korreweg

Start: 19-10, 21-10 of 22-10
4 t/m 6 of 8 t/m 13 jaar
4 x op ma., wo. of do.
€ 20,-
Uniek Sporten:

DANS > MARTHA'S INCLUSIEF

Lucia Marthas Institute For Performing Arts - Paddepoel

Start: 23-10 of 24-10
6 t/m 9 of 9 t/m 12 jaar
6 x op vr. of za.
€ 35,-
Uniek Sporten:

DANS > PARKINSON DANS

Dans op recept - Lewenborg

Start: 05-10
18 t/m 99 jaar
8 x op ma.
€ 140,-
Uniek Sporten:

FITNESS > CONDITIETRaining

HSV Haren - Haren

Start: 21-10
55 t/m 90 jaar
2 x op wo.
Gratis
Uniek Sporten:

FITNESS > STOEL WORKOUT

Chair Workout - Online

Start: 15-11 of 16-11
16 t/m 85 jaar
5 x op zo. of ma.
€ 15,-
Uniek Sporten:

FITNESS > STOELYOGA

Chair Workout - Online

Start: 11-10
16 t/m 85 jaar
5 x op zo.
€ 15,-
Uniek Sporten:

GYMNASTIEK

> OUDERS - DREUMES/PEUTER/KLEUTERGYM

HSV Haren - Glimmen

Start: 23-10
1 t/m 4 jaar
2 x op vr.
Gratis
Uniek Sporten:

MAKEN, DOEN, ONTWIKKELEN

> MAKEN, DOEN, ONTWIKKELEN

MAAK-Lab Gro - Vinkhuizen

Start: 06-10, 07-10, 08-10 of 09-10
6 t/m 12 jaar
2 x op di., wo., do. of vr.
€ 10,-
Uniek Sporten:

MUZIEK > MEEZINGCAFÉ BEIJUM

Meezingcafé Beijum - Beijum

Start: 28-10
4 t/m 120 jaar
3 x op wo.
Gratis
Uniek Sporten:

www.sportcultuurhopper.nl

MUZIEK > MUZIEK - KOOR

Gemengd koor De Zingerij - Lewenborg

Start: 05-10
18 t/m 88 jaar
3 x op ma.
Gratis
Uniek Sporten:

Stichting Luisterwijk - Noorderplantsoen

Start: 07-10
18 t/m 99 jaar
3 x op wo.
€ 10,-
Uniek Sporten:

VITALITEITSTRaining

HSV Haren - Haren

Start: 19-10 of 23-10
55 t/m 90 jaar
2 x op ma. of vr.
Gratis
Uniek Sporten:

www.sportcultuurhopper.nl

GEMEENTE HET HOGELAND

www.hogelandbeweegt.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website of scan de QR-code.



Inschrijving deelnemers
27 augustus tot 17 september 2026

Na inschrijving deelnemers
19 september tot 29 september 2026

Uitvoerperiode is van
5 oktober tot en met 18 december 2026

DANS > PARKINSON DANS

Dans op recept - Winsum

Start: 05-10
18 t/m 99 jaar
8 x op ma.
€ 70,-
Uniek Sporten:

WANDELEN

Hogeland Beweegt - Bedum

Start: 08-10
18 t/m 100 jaar
3 x do.
Gratis
Uniek Sporten:

www.hogelandbeweegt.nl

GEMEENTE MIDDEN-GRONINGEN

www.hoppermidden-groningen.nl

Je kan je uitsluitend opgeven via de genoemde website of scan de QR-code.



Inschrijving deelnemers
27 augustus tot 17 september 2026

Na inschrijving deelnemers
19 september tot 29 september 2026

Uitvoerperiode is van
5 oktober tot en met 18 december 2026

DANSEN

Dans op recept - Hoogezand

Start: 09-10
18 t/m 99 jaar
8 x op vr.
€ 140,-
Uniek Sporten:

FITNESS

Fitness van Kasteel - Hoogezand

Start: 05-10
16 t/m 90 jaar
8 x op ma.
€ 2,50
Uniek Sporten:

HAPKI-KENPO

Koguryo Hapkido 3.0 - Hoogezand

Start: 03-11
5 t/m 11 jaar
3 x op di.
Gratis
Uniek Sporten:

JUDO

Judo Ryu Muntendam - Muntendam

Start: 06-10 of 08-10
4 t/m 8, 4 t/m 12 of 8 t/m 18 jaar
3 x op di. of do.
Gratis
Uniek Sporten:

WANDELEN

Buurt sportcoaches Midden-Groningen - Sappemeer

Start: 07-10
30 t/m 110 jaar
8 x op wo.
Gratis
Uniek Sporten:

www.hoppermidden-groningen.nl