



Voor kinderen van 4 t/m 13 jaar met overgewicht is dit het moment om te werken aan een gezondere leefstijl.

**Overgewicht**

Cool2Bfit is voor kinderen met overgewicht die, samen met hun ouders/verzorgers, op een sportieve en positieve manier willen toewerken naar een gezonde leefstijl! Veel bewegen, deskundige begeleiding en de stimulans van de groep voor net dat stapje extra. Het is een landelijk programma, bedoeld voor kinderen van 4 tot 8 jaar of 8 tot 13 jaar met overgewicht of obesitas. Op naar een gezond gewicht en een positief zelfbeeld.

**Professionele begeleiding**

Cool2Bfit wordt gegeven door MOOR kids kinderfysiotherapie in samenwerking met een diëtist, een psycholoog en Goed Bezig Oldebroek. Het programma duurt in totaal 1,5 jaar en bestaat uit drie verschillende fasen. Na een intensieve start met ouder- en kindbijeenkomsten wordt langzaam toege-

werkt naar zelfstandigheid en coaching op afstand. Naast de groepsbijeenkomsten is er ook ruimte voor individuele begeleiding door een kinderfysiotherapeut, diëtist en psycholoog. Doormiddel van een aantal meet- en weegmomenten wordt de voortgang weergegeven.

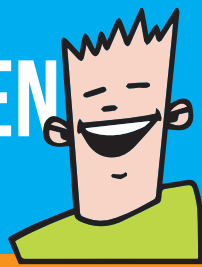
**Meedoen?**

Bij voldoende aanmeldingen start er in het voorjaar van 2018 een nieuwe groep met deelnemers uit de gemeenten Elburg en Oldebroek. Daarom zoeken wij enthousiaste kinderen met overgewicht en hun gemotiveerde ouders, die samen met ons hun levenswijze willen gaan veranderen. Voor deelname wordt slechts een kleine financiële bijdrage van de deelnemers zelf verwacht.

Meer informatie over Cool2Bfit vindt u op [www.cool2bfit.nl](http://www.cool2bfit.nl). Voor vragen of aanmelden kunt u contact opnemen met MOOR kids via Nienke ten Have, 038 420 47 37 of [info@moor-kids.nl](mailto:info@moor-kids.nl).

Deelname aan de activiteiten op deze flyer is op eigen risico.

# NASCHOOLSE ACTIVITEITEN JANUARI & FEBRUARI



WEZEP / HATTEMERBROEK | 4 T/M 12 JAAR

## CIRCUSINSTUIF



## CIRCUSINSTUIF



Kom naar de circusinstuif en leer jongleren, ton lopen of een chinees bordje te laten draaien op een stokje. En wie weet kun jij ook wel de diabolo of sticky stick in de lucht houden?



**WEZEP**

Dinsdag 16 & 23 januari  
15:30 - 16:30 uur  
Sporthal Kamphal, Heikamp 2

**HATTEMERBROEK**

Maandag 15 & 22 januari  
15:30 - 16:30 uur  
Gymzaal Bouwakker, Zwaluwstraat 48

MEER INFO EN AANMELDEN



[WWW.GOEDBEZIGOLDEBROEK.NL](http://WWW.GOEDBEZIGOLDEBROEK.NL)



GOED BEZIG OLDEBROEK

BEKIJK EEN FILMPJE VAN DEZE ACTIVITEITEN OP [WWW.GOEDBEZIGOLDEBROEK.NL](http://WWW.GOEDBEZIGOLDEBROEK.NL)

PARTNERS GOED BEZIG OLDEBROEK



# LASERGAMEN

AANMELDEN  
VERPLICHT

In een donkere gymzaal vol obstakels met een lasergun het andere team uitschakelen en de vlag veroveren. Durf jij het aan?

## WEZEP

- 📅 Woensdag 28 februari
- 🕒 13:30 - 14:15 uur - Groep 3 t/m 5
- 🕒 14:30 - 15:15 uur - Groep 6 t/m 8
- 📍 Sporthal Kamphal, Heikamp 2

GROEP  
3 T/M 8

GOED  
BEZIG

VAKANTIEACTIVITEIT



# BUBBELVOETBAL & LASERGAMEN

AANMELDEN  
VERPLICHT

Twee gave activiteiten om je lekker uit te leven. Win van je vrienden of vriendinnen met bubbelvoetbal of schakel ze uit met lasergamen.

## WEZEP

- 📅 Woensdag 17 januari - Bubbelvoetbal
- 📅 Woensdag 31 januari - Lasergamen
- 🕒 15:00 - 16:00 uur - Klas 1 t/m 4
- 🕒 16:00 - 17:00 uur - Groep 7&8
- 📍 Erica Terpstrahel, Rondweg 1

GROEP  
7 EN 8

KLAS  
1 T/M 4



OVERIGE ACTIVITEITEN

GOED  
BEZIG

## OPEN LESSEN



6 T/M 15  
JAAR

# AMIERIES GYM

ZONDER  
AANMELDEN



De kinderen leren spelenderwijs kickboksen, waarbij er aandacht is voor techniek. Door de trainingen worden de kinderen fitter, weerbaarder en leren zij zich te handhaven in een groep. Handschoenen zijn te leen. Je kunt drie keer gratis meedoen.

## HATTEMERBROEK

- 📅 Elke maandag van 15 januari t/m 5 maart
- 📅 Elke woensdag van 17 januari t/m 7 maart
- 🕒 18:00 - 19:00 uur
- 📍 Gymzaal Bouwakker, Zwaluwstraat 48

Meer informatie: [www.amieriesgym.nl](http://www.amieriesgym.nl)

## OPEN LESSEN



# MAJOFIQUE

5 T/M 12  
JAAR

## WEZEP

- 📅 Dinsdag 16, 23, 30 januari & 6, 13, 20 februari
- 🕒 18:00 - 18:45 uur
- 📍 Erica Terpstrahel, Rondweg 1



ZONDER  
AANMELDEN

# WAR CHILD ELFSTE- DENTOCHT4KIDS

Schaats met je klas, ouders of vrienden mee voor kinderen die leven in oorlogsgebieden. Verzamel zoveel mogelijk stempels op de 3-kilometerbaan. Deelname is gratis, maar we verwachten wel dat je in ieder geval €11,- sponsorgeld ophaalt. In ruil daarvoor krijg je een gave dag en goodybag

## BIDDINGHUIZEN

- 📅 Zondag 21 januari
- 🕒 09:30 - 12:00 uur
- 📍 Flevonice, Strandgaperweg 20

AANMELDEN  
VERPLICHT

OVERIGE ACTIVITEITEN

7 T/M 12  
JAAR



FLEVONICE  
Sports & Funpark

