

## Nieuwsbrief: Assen Sportstad - september 2025



Stichting Assen Sportstad stimuleert dat iedere inwoner op eigen niveau kan sporten en bewegen. Assen is een gezonde stad waar iedereen, maar dan ook echt iedereen, zich op sportief vlak maximaal kan ontwikkelen. 'Assen Sportstad', een stad om trots op te zijn! Heeft u **vragen of tips** mail dan naar [communicatie@assensportstad.nl](mailto:communicatie@assensportstad.nl)

### Nationale Sportweek: een week vol sportieve activiteiten

De Nationale Sportweek in Assen, vindt plaats van 19 t/m 27 september en belooft een feestelijke week te worden vol sportieve activiteiten en inspiratie. Sport geeft je een boost. Ontdek welke sportieve activiteit jou een boost geeft!

#### Ontdek jouw sport en kom in beweging tijdens de Nationale Sportweek.

Heb jij het Nationale Sportweek boekje al gevonden? Dit boekje staat vol met activiteiten van verenigingen tijdens de Nationale Sportweek 2025. Het boekje is uitgedeeld bij alle basisscholen in Assen en is online via Assen Actief terug te lezen. Je kunt het sportboekje ook ophalen bij de VVV in Assen. Hieronder vind je een opsomming van enkele gave activiteiten die georganiseerd worden in de Nationale Sportweek:

Voor meer informatie [klik hier](#).



### 10@10Challenge



Op vrijdag 19 september trappen we de Nationale Sportweek 2025 af met de TeamNL Kids 10@10! De 10@10 Challenge is een supertof beweegprogramma waarin TeamNL-sporters met een basisschoolklas in 10 minuten 10 verschillende sporten ontdekken. Van dribbelen met een basketbal tot de schoolslag met zwemmen en serveren met tennis: sportplezier gegarandeerd! Natuurlijk mag je de TeamNL Kids 10@10 ook op een

andere dag doen! Kijk voor meer info op: [TeamNL Kids, ontvang de gratis lespakketten - NOCNSF](#)

In Assen hebben we op twee plekken de 10@10 XXL Challenge. Een sportief beweegfeest in Kloosterveen en Pittelo onder leiding van een TeamNL-sporter. Wie er komt is nog een verrassing!

### G-Disco in De Componist

De sportweek wordt ook in de avond van 19 september verder feestelijk geopend tijdens de G-disco. Dit is hét beweegfeest voor feestbeesten met een verstandelijke beperking.

Trek je leukste outfit aan, neem je vrienden mee. Samen dansen op de leukste muziek met jouw beste dansmoves.

De G-disco vindt plaats van 19.00 tot 21.00 uur in buurthuis De Componist.  
Paganinilaan 15, Assen

Aanmelden kan via [Assen Actief](#).



## 4Mijl van Assen (Run en Fun)



Op zaterdag 20 september is de achtste editie van de 4 Mijl van Assen. De start en finish is op het Anne Frank Plein in de wijk Marsdijk. Aansluitend is een festival met onder andere een beweegfair, kinderplein en sportmarkt.

Ontdekt op het RTV Drenthe Sportplein de volgende sportverenigingen: AAC61,

Jumpstyle Assen, Jan Postema Fitness- & Dansstudio, Aqua '68, Tennisvereniging Amelte, Handbalvereniging Unitas, Stark Survivalrun Assen, Handboogschietvereniging Chiron, Hockey Vereniging Assen, TRI4you, vv LEO en Misheru chikara Gym. Er is genoeg te doen voor het hele gezin rondom de 4 Mijl van Assen.

## Eerste Hulp Bij Sportongelukken

Het sportseizoen is tijdens de Nationale Sportweek net weer op volle gang. Veel sporters zijn weer fanatiek in beweging met en tegen elkaar in elk hun eigen sport. Een ongeluk zit in een klein hoekje.

Denk aan incidenten als een bloedneus, een kneuzing of een lichte verstuiking. Als trainer, coach of begeleider is het belangrijk om goed voorbereid te zijn, zowel preventief als reactief.

Tijdens de Nationale Sportweek op 22 september organiseren wij een EHBO-light cursus. Deze cursus is speciaal gericht op sportongelukken. Aanmelden [kan hier via Assen Actief](#)



[assensportstad.nl](http://assensportstad.nl)

## Nationale Sportweek in de zorg

Ook Zorgcentrum Anholt viert elk jaar de Nationale Sportweek. Vaak samen met studenten van de Beweegcampus. Bewoners doen mee aan sportieve workshops zoals rolstoelbasketbal en genieten van een feestelijk versierd huis vol sportthema's. Zo komen herinneringen aan hun eigen sportervaringen weer tot leven.

## Kom langs bij sportverenigingen en ontdek jouw sport

Tijdens de Nationale Sportweek openen sportverenigingen hun deuren voor alle inwoners van Assen en staat sport en bewegen volop in de aandacht. Doe jij ook mee tijdens deze sportieve week? Het volledige programma van de Nationale Sportweek 2025 in Assen vind je [hier](#):

Kijk op Assen Actief en boek jouw activiteit!

## Dynamische Schooldag Doe-box



Om elke basisschool in Assen actief kennis te laten maken met de dynamische schooldag en het structureel inzetten van bewegend leren heeft Assen Sportstad voor de basisscholen de Dynamische Schooldag Doe-box ontwikkeld. Het doel is dat elke groep, elke dag, tussen de lessen door gaat bewegen. Idealiter elke dag 30 minuten.

Met de Doe-box willen we groepsleerkrachten laten ervaren dat dit laagdrempelig, haalbaar en waardevol is voor henzelf en natuurlijk voor de leerlingen. De Dynamische Schooldag Doe-boxen worden tijdens de Nationale Sportweek uitgedeeld aan alle basisscholen in Assen.

---

## Sport & Defensie maken weerbaar

Op dinsdag 30 september gaan 250 jongeren van verschillende voortgezet onderwijs scholen uit Assen een sportieve en uitdagende dag beleven. Ze doen mee aan defensieopdrachten én maken kennis met verschillende sporten zoals BMX, rugby en atletiek. Daarnaast krijgen ze informatie over de MDT Missie en het vrijwillige dienstjaar. Voor jongeren een mooie kans om met andere jongeren samen te werken, de conditie te verbeteren en hun doorzettingsvermogen te laten zien.



De mentale gezondheid en weerbaarheid van jongeren staat steeds meer onder druk. Bijna één op de drie jongeren in Nederland heeft last van mentale klachten. Dit benadrukt het belang om de basisvaardigheden die bijdragen aan het mentale welbevinden te versterken.

Het programma 'Sport en Defensie maken weerbaar' draagt bij om jongeren fysiek én mentaal sterker te maken. Het programma bestaat naast de sportdag uit het lesprogramma 'Wat zou jij beslissen?' van het Nederlands Veteranen Instituut en een werkboek 'Ik ben mijn missie'.

---

## De verenigingsmonitor

Eind vorig jaar hebben we samen met NOC\*NSF de verenigingsmonitor naar alle sportverenigingen in Assen gestuurd. Inmiddels heeft ruim 70% van de Asser sportclubs de verenigingsmonitor ingevuld. Daar zijn we erg blij mee. Alle deelnemende clubs hebben inmiddels hun factsheet ontvangen waar hun resultaten zichtbaar zijn. Hoe vitaal is jouw club? Is er voldoende organisatiekracht? Wordt er nagedacht over de lange termijn? Dit is een mooie basis om te reflecteren, te prioriteren en overgaan tot actie.

Samen met de verenigingen maken we een afspraak om de resultaten te bespreken en passende ondersteuning te bieden. Vanuit de bekende sportservices zijn er voldoende middelen om jullie eigen sportservice aan te vragen. Zo kunnen er basistrainersopleidingen binnen elke verenigingen worden aangevraagd of een bijeenkomst over specifieke thema's zoals 'pedagogisch handelen' en 'pubers zijn leuk!'. Eind dit jaar starten we vanuit Assen Sportstad met de generieke opleidingen meerjarenbeleidsplan en vrijwilligersbeleid, de twee onderwerpen die het meeste naar voren kwamen uit de verenigingsmonitor.

## Toolbox voor verenigingen

Het sportseizoen is weer begonnen! De toolbox van Assen Sportstad zit vol met handvatten over training geven en coachen aan sporters van alle leeftijden. De toolbox zit vol met tips en informatie en is zeer bruikbaar voor elke trainer en coach. Ook voor de verenigingsbesturen en -commissies vind je in de toolbox zeven handige tips voor 'de professionele verenigingsorganisatie'. [Klik hier](#) voor meer info.

## Clubkadercoach

Zes clubs zijn dit seizoen actief met het begeleiden van hun sporttechnisch kader met name op pedagogisch en didactisch gebied. Dit zijn ACV, vv Leo, Achilles 1894, FC Assen, Sudosa en HVA. Is jouw club geïnteresseerd in een clubkadercoach? Voor informatie kun je terecht bij Rita Buikema tel. 06-46885086

## Evenementen agenda

De komende periode staan er weer de nodige leuke evenementen op de planning. We hebben alvast een aantal voor je uitgelicht. Bekijk op onze website meer evenementen.

### Een greep uit de Sportagenda van Assen

|                            |                                                                                                                                      |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4 - 7 september            | Cannonballs Showdown Toernooi, Bonte Wever                                                                                           |
| 5 - 7 september            | Tabac Classic GP, TT Circuit Assen                                                                                                   |
| 12 september               | Midnightwalk Assen                                                                                                                   |
| 14 september               | Route du Nord, Baggelhuizerplas Inclusief Dikke Banden Race en BMX Pumptrackbaan voor jeugd                                          |
| <b>Nationale Sportweek</b> |                                                                                                                                      |
| 19 september               | 10@10 Challenge, Basisscholen Kloosterveen en Pittelo                                                                                |
| 19 september               | G-Disco, de Componist                                                                                                                |
| 20 september               | 4 Mijl van Assen Inclusief Sportmarkt met sportverenigingen van Assen                                                                |
| 22 september               | Cursus Eerste Hulp Bij Sportongelukken                                                                                               |
| 25 - 27 september          | Eurotour Pool, Bonte Wever                                                                                                           |
| 30 sept - 8 okt            | EK Poolbiljart senioren, Bonte Wever                                                                                                 |
| 16 november                | TT Marathon, TT Cityrun (incl 100% Recreatief, OnWheels, Animo College Run) en sportieve side-events, TT Circuit en binnenstad Assen |



assensportstad.nl

**Bekijk alle evenementen**

### Staan jullie activiteiten al op Assen Actief?

Dit platform is dé centrale plek waar inwoners van Assen eenvoudig kennismakingslessen, cursussen, open dagen, evenementen en andere activiteiten kunnen ontdekken en boeken op het gebied van Sport, Gezondheid en Cultuur.

**Assen Actief**

Bezoek **Assen Actief** voor meer informatie en om jullie verenigingsactiviteiten aan te melden.

**Op de hoogte blijven? Volg dan de social media kanalen van Assen Sportstad en bekijk onze website voor actuele informatie.**



Facebook



Instagram



Website



LinkedIn

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [communicatie@assensportstad.nl](mailto:communicatie@assensportstad.nl) toe aan uw adresboek.



