

Ontdek je sport tijdens de Nationale Sportweek Assen

Van vrijdag 15 tot en met zondag 24 september vieren we in Assen de NOC*NSF Nationale Sportweek. Allerlei verenigingen en sportaanbieders zetten hun deuren open en je kunt gratis deelnemen aan proeftrainingen, clinics en kennismakingslessen. Iedereen, jong en oud, kan meedoen. Kom in actie, ontdek je sport en geniet van het sportaanbod in Assen.



ZATERDAG 16 SEPTEMBER URBAN ATHLETICS

Een sprintbaan van 60 meter wordt 16 september uitgerold in het Anne Frank Park in Marsdijk. Ben jij sneller dan de atleten van AAC '61? Ga de uitdaging aan, de snelste van de stad verdient een trainingsstage op Papendal. Ook is er een 'meet and greet' met een Nederlandse topatleet.



ZATERDAG 16 SEPTEMBER 4 MIJL VAN ASSEN

Zaterdag 16 september 2023 zal voor de zesde keer de 4 Mijl van Assen plaatsvinden. Met start en finish op het Anne Frank Plein in de wijk Marsdijk met aansluitend een festival, een fair, een kinderplein en weer de grote sportmarkt. Het wordt een gezellige dag met o.a. Formule-1 attracties! Dus kom genieten en geef je op voor de 4 Mijl van Assen!



ZONDAG 24 SEPTEMBER EK WIELRENNEN IN ASSEN

Assen is blij met de komst van het EK Wielrennen op 24 september. De start vindt plaats voor het Drents Museum en in het centrum van Assen zijn veel sportieve en culturele activiteiten. Zo is de binnenstad gevuld met onder andere een pumptrack-baan, loopingbikes en een loopfiets race. Kijk op het dagprogramma en geniet van het "fietse in Drenthe".

VRIJ
15
SEP

9.30-10.30	ATV De Hertenkamp, Clinic voor bewoners op het AZC
16.00-17.00	Sudosa-Desto - Volleybal Open training jongens en meisjes 6 t/m 9 jaar Handbalvereniging Unitas, Open training Handbal * 1Love Dance Center Open training Zumba 12-15 jr
16.30-17.30	JudoSchool Assen, Open training Judo 6/12 jaar *
17.00-18.00	Sudosa-Desto - Volleybal Open training - jongens en meisjes 6 t/m 9 jaar
17.30-18.00	JudoSchool Assen, Open training Judo 12 t/m 17 jaar *
18.00-19.00	Jan Postema Dansstudio, Open training Dansen UR Unique (VB) 8-12jr Jan Postema Dansstudio, Open training Dansen UR Unique (VB) 14+
18.30-19.30	JudoSchool Assen, Open training Judo Katatraining *
18.30-19.45	Asser Boys, Open training Walking Football
19.30-20.30	JudoSchool Assen, Open training senioren vanaf 18 jaar *

ZA
16
SEP

9.00-10.15	Cor's Little Gym, Open training Kickboksen
10.00-14.00	Urban Athletics Boel Plezier, open dag
12.00-19.00	4 Mijl van Assen & opening Nationale Sportweek Assen
13.00-16.00	Wielervereniging Meteor Assen-Roden, Open dag
14.00-17.00	Scouting Johannes Post Groep, Meekijkdag Scouting

ZO
17
SEP

10.00-13.00	Start2Bike - MTB Assen *
10.00-12.00	Asserboys, wandeltocht
12.00-17.00	Jumpstyle Assen, Open dag Trampolinespringen *

MA
18
SEP

8.00-22.00	Jan Postema Fitness Studio, Gratis weekpas: 1 week lang meedoen
9.00-9.30	MBvO, Open training senioren sport Aquagym
9.30-10.30	Dans op Recept Open les - Dansen voor mensen met Parkinson
13.30-14.30	Loopgroep Marsdijk, open training Nordic walking
17.00-18.00	Sudosa-Desto - Volleybal Open training - jongens 6 t/m 9 jaar
18.00-19.00	Chon Ji Assen - Tae Kwondo Open training jeugd 8-14 jaar
19.00-20.00	Loopgroep Marsdijk, open training sportief wandelgroep
20.30-21.30	Badminton Combinatie Assen, Badminton clinic volwassenen vanaf 18 jaar

DI
19
SEP

8.00-22.00	Jan Postema Fitness Studio, Gratis weekpas: 1 week lang meedoen
09.30-10.30	Loopgroep Marsdijk, open training sportief wandelgroep senioren
10.30-11.30	Gezond Natuur Wandelen, Assen Oost wandelen - open activiteit
13.30-14.00	Fysiotherapie Peelo, Open training - wandelen onder begeleiding
15.15-16.00	Malu Dance Company, Open training Kids Dance (4 t/m 6 jaar) *
16.00-17.00	Malu Dance Company, Open training Streetdance/Hiphop (7 t/m 9 jaar) *
16.00-17.15	Asser Boys Open training Walking Football senioren
16.30-17.30	Sudosa-Desto - Volleybal Open training - jongens en meisjes 6 t/m 9 jaar
17.00-18.00	Jeugd circus Bombari, Open training Circus *
	Malu Dance Company, Open training Streetdance/Hiphop (10 t/m 12 jaar) *
17.15-18.00	Aqua '68, Open training Zwemmen met VB
17.15-18.15	FrameRunnen AAC '61, Open training FrameRunnen *
18.00-19.00	Aqua '68, Open training Waterpolo Malu Dance Company, Open training Breakdance *
18.30-19.30	Wielervereniging Meteor Open training Badminton Combinatie Assen, Badminton clinic jeugd 7 t/m 17 jaar
19.00-20.00	Vaart Welzijn Open Training Beweeggroep 'Lekker in je lijf'
19.00-20.15	Cor's Little Gym, Open training Yoga
19.15-20.45	Loopgroep Marsdijk, open training loopgroep
19.30-20.30	Leefstijl Expertise Centrum Assen - Bootcamp Open training - 13-17 jaar MBvO, Open training senioren sport Badminton

WO
20
SEP

8.00-22.00	Jan Postema Fitness Studio, Gratis weekpas: 1 week lang meedoen
16.00-16.45	JudoSchool Assen, Open training Judo 4 t/m 6 jaar *
16.00-17.00	Misheru Chikara Gym - Kickboksen Open training - 5 tot 7 jaar.
16.45-17.45	STARK Survivalrun Assen Open training Survivallen 10-12 jr
17.00-18.00	Misheru Chikara Gym - Kickboksen Open training 8-15 jaar MBvO, Open training senioren sport Volleybal
18.30-20.30	Asser Roei Club Open training G-roeien (VB) *
18.30-21.30	Showdown Vereniging Cannonballs Assen, Open training Showdown Voor mensen met of zonder visuele beperking
19.00-19.30	1 Love Dance Center ZumbaCare (Zumba voor VB)
19.00-20.00	TV Amelte, Introductieles tennis met toss avond * Chon Ji Assen - Tae Kwondo Open training jeugd 8-14 jaar ATV De Hertenkamp, Open training G-tennis (VB)
19.00-20.30	STARK Survivalrun Assen, Workshop Survivalrun voor volwassenen *
19.00-21.00	Vanboeien, Challenges Gaming, darten en sjoulen (VB)
19.15-20.00	Aqua '68, Open training Zwemmen Redden
19.15-20.15	Loopgroep Marsdijk, open training loopgroep jogging-/beginnersgroep
19.45-20.15	Cor's Little Gym, Open training Kickboksen
20.30-21.30	Badminton Combinatie Assen, Badminton clinic volwassenen vanaf 18 jaar

DO
21
SEP

8.00-22.00	Jan Postema Fitness Studio, Gratis weekpas: 1 week lang meedoen
13.30-14.30	MBvO, Open training senioren sport en spel
13.30-14.30	Loopgroep Marsdijk, open training Nordic walking
14.00-17.00	Paramedics, de Molengaard Assen Open training Fitness
17.15-18.00	Aqua '68, Open training G-Zwemmen (VB)
17.15-18.00	FrameRunnen AAC '61 Open training FrameRunnen *
17.30-18.30	ATV De Hertenkamp - Rolstoeltennis Open training jeugd
18.00-19.00	Aqua '68, Open training Wedstrijdzwemmen
18.30-19.30	Wielervereniging Meteor Open training wielrennen * ATV De Hertenkamp - Rolstoeltennis Open training volwassenen
19.00-20.00	Triatlon vereniging Tri4You, Extra Combinatietraining Triathlon
19.00-20.30	Chon Ji Assen - Taekwondo Open training senioren
19.00-21.00	Cor's Little Gym, Open training Line Dance
20.00-21.30	Sudosa-Desto - Zitvolleybal Open training

VRIJ
22
SEP

8.00-22.00	Jan Postema Fitness Studio, Gratis weekpas: 1 week lang meedoen
9.15-10.15	MBvO, Open training senioren sport Country line-dance
10.00-11.00	Gezond Natuur Wandelen - Duurzaamheidscentrum wandelen - open activiteit
14.00-17.00	Paramedics, de Molengaard Assen Open training Fitness
14.00-15.00	ATV De Hertenkamp Start lessenreeks voor bewoners van het AZC
15.30-16.30	Achilles 1894 - Kabouter voetbal Open training voor kinderen 4 t/m 6 jaar.
16.00-17.00	Handbalvereniging Unitas, Open training Handbal * Sudosa-Desto - Volleybal Open training jongens en meisjes 6 t/m 9 jaar 1Love Dance Center Open training Zumba 12-15jr
16.30-17.30	JudoSchool Assen, Open training Judo 6/12 jaar *
	Achilles 1894 - Open training voor jeugd 7 t/m 8 jaar
17.00-18.00	Sudosa-Desto - Volleybal Open training - jongens en meisjes 6 t/m 9 jaar
17.30-18.30	JudoSchool Assen, Open training Judo 12 t/m 17 jaar *
18.00-19.00	Jan Postema Dansstudio Open training Dansen UR Unique (VB) 14+ Jan Postema Dansstudio, Open training Dansen UR Unique (VB) 8-12jr
18.30-19.30	JudoSchool Assen, Open training Judo Katatraining *
18.30-19.45	Asser Boys, Open training Walking Football senioren

ZA
23
SEP

8.00-22.00	Jan Postema Fitness Studio, Gratis weekpas: 1 week lang meedoen
9.00-12.30	HVA - Hockey, Open dag
10.00-11.00	Korfbalvereniging AVO, Open training G-korfbal (VB)
14.00-17.00	Scouting Johannes Post Groep, Meekijkdag Scouting

ZO
24
SEP

8.00-22.00	Jan Postema Fitness Studio, Gratis weekpas: 1 week lang meedoen
12.00	Start EK Wielrennen Mannen Profs in Assen



nationale
sportweek

Voor activiteiten met een sterretje * moet je je aanmelden. Kijk hiervoor bij de activiteit op www.assensportstad.nl. Hier vind je ook meer informatie over alle activiteiten. Activiteiten met (VB) gelden voor mensen met een verstandelijke beperking.

ONTDEK
JE SPORT

SCAN DE
QR-CODE

