

Verschijnt 3x per jaar

SGKampioen



SGK. Speciaal voor Sporters.

Nummer

2

Oktober
2020

COLOFON

SGK
Wijndaelerduin 27
2554 BX Den Haag
Tel: 070-3250005

Internet: www.sportbelangsgk.nl

Email adres: Info@sportbelangsgk.nl

IBAN: ING: NL54 INGB 0000 1546 36
Rabobank: NL07RABO 0139 2069 57

Verspreiding: Gratis voor alle leden en relaties van SGK.

Abonnement voor niet leden: 10 euro per jaar

Redactie: Sandra van Koningsbrugge

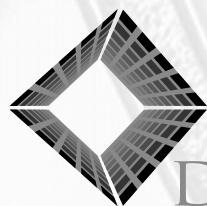
Fotografie: Studio Oostrum Foto+Film
Vrijwilligers SGK

Kopij is zeer welkom!

De redactie behoudt zich het recht voor kopij in te korten of niet te plaatsen zonder opgaaf van redenen.

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd zonder schriftelijke toestemming van SGK.

Uitgave:



DNB GROEP

SOCIALE EN MAATSCHAPPELIJKE PUBLICATIES

receptie@dnbgroep.nl

www.dnbgroep.nl

De uitgever is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties. Niets uit de advertenties mag worden gekopieerd en/of verspreid zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	2
SGK Agenda	3
In memoriam	4
SGK Nieuws	5
SportStars nieuws	6
Kennismaking met sporters en vrijwilligers SGK	7
SGK reizen	9
Special Olympics Den Haag 2020-2021 Nieuws	11
Sponsors	11
Algemene SGK Info	12
Wekelijkse activiteiten van SGK in 2020	13

Voorwoord

WEER VAN START

Wat is het toch geweldig om weer sportende leden van SGK te zien en betrokken vrijwilligers te ontmoeten. Of wat dacht je van een groep sporters die naar Terschelling zijn gegaan en 200 kinderen uit het Special Onderwijs die deel hebben genomen aan de SGK survival. Naar deze momenten heb ik uitgekeken! Voor de zomer kon er nog niet zoveel en dus des te fijner dat we vanaf 1 september weer vol gas geven, ook beseffend dat de situatie per week kan verschillen. Eerlijkheidshalve vind ik het ook best spannend. Hoe regelen we het dusdanig goed met elkaar om veilig volgens de landelijke richtlijnen onze activiteiten te kunnen

aanbieden? Dat vraagt onderzoek, flexibiliteit, aanpassen en ook soms gewoon met kleine groepen starten. We kijken vooral naar wat wel kan. Met het gehele team werken we daar hard aan want we beseffen heel goed dat juist onze sporters bewegen en elkaar weer ontmoeten zo hard nodig hebben. De relatie tussen bewegen, gezondheid en het nare virus is ons afgelopen maanden maar al te goed duidelijk geworden. Als SGK willen we ons blijven inzetten om ook in het kader van preventie iets te betekenen voor kwetsbare doelgroepen. En zo lang de maatregelen van de overheid dat toelaten gaan we ervoor om dat mogelijk te maken. Hierbij

blijft de veiligheid van een ieder voorop staan en dat kan dus ook betekenen dat activiteiten of een reis toch weer stop gezet gaan worden.

Voor nu: blijf gezond en graag tot ziens op het sportveld.



Sandra van Koningsbrugge
Directeur

WAT EEN ZOMER

Nou, je kan denk ik wel zeggen, dat het een zomer is geweest die we niet snel zullen vergeten. Wat is er allemaal op ons afgekomen! Zoveel werd er geannuleerd, zoveel kon niet doorgaan. En onze sporters dan? Die zaten denk ik ook maar thuis. En maar wachten tot ze weer naar hun SGK activiteit konden gaan. En dat is zwaar, terwijl je ook nog eens een keer weinig contact hebt met je familie en vrienden. Dat kon gewoon niet. Wat een zomer En te weinig bewegen, natuurlijk. Gelukkig hebben onze docenten geprobeerd om via internet nog wat oefeningen aan te bieden en

ik hoop dat veel van jullie daaraan hebben kunnen meedoen. En wat hebben we er van kunnen leren? Dat we met onze docenten andere wegen kunnen vinden, dat het kantoor de grote flexibiliteit heeft om al dit werk aan te kunnen en dat het bestuur zich kon buigen over de toekomst van SGK. Fleur heeft weer afscheid genomen als interim directeur van SGK en Sandra is weer terug na een groot SONS avontuur dat helaas niet door kon gaan, maar verplaatst wordt naar volgend jaar. Nu komt de herfst er weer aan en zo lang het kan zou ik zeggen: zoveel mogelijk naar buiten en bewegen.

Natuurlijk op anderhalve meter afstand en hou je gezondheid goed in de gaten. We zijn helaas nog niet van het vervelende virus af. Maar dat komt vast goed.



Bas van Nooten
Voorzitter

SGK Agenda

VAKANTIEOVERZICHT 2020

Vakantie	Geen sport van	Tot en met	Wel sporten op
Kerstvakantie	19 dec 2020	3 jan 2021	
Voorjaarsvakantie	22 feb 2021	28 feb 2021	
Pasen	4 en 5 apr 2021		3 apr 2021
Meivakantie	25 apr 2021	9 mei 2021	
Hemelvaardag	13 mei 2021		
Pinksterweekend	22 mei 2021	24 mei 2021	
Special Olympics	11, 12 en 13 juni 2021		
Zomervakantie	17 juli 2021	29 aug 2021	

Data om alvast in de agenda te noteren!!!

SGK EVENEMENTEN: UITERAARD INDIEN CORONA HET TOELAAT

Bocce: 1 keer in de maand op vrijdagavond van 19.00 uur tot 20.30 uur.
 Data: 10 januari, 7 februari, 6 maart, 3 april, 1 mei 2021.
 Locatie: Jeu de Boulesvereniging De Goede Worp, Hengelolaan 1061 in Den Haag.

Wil je meedoen aan een van onze evenementen? Geef je dan op tijd op.

SPECIAL OLYMPICS NATIONALE SPELEN DEN HAAG 2021:

Vrijdag 11 juni, zaterdag 12 juni, zondag 13 juni 2021

SGK VAKANTIES

Midweek	26 april t/m 30 april 2021
Voetbal Sport- en Spel kamp	10 juli t/m 16 juli 2021
Fietsvakantie Terschelling	10 september t/m 17 september 2021
Zonvakantie	eind september 2021

In memoriam

ONNO YSPEERT

Op 23 juni 2020 is na een kort ziekbed Onno Yspeert overleden. Onno is sinds 1996 een SGK vrijwilliger in hart en nieren geweest. Had de organisatie hulp nodig dan kon je Onno bellen. Meedenkend, adviserend, donaties geven voor een sportdag, wachten in de regen op een taxibus, een weekje op Terschelling verblijven als dochterlief met de SGK fietsvakantie meeding of allerlei dingen regelen rondom de tennisgroep. Niets was je te gek. Betrokken en bevlogen met oog voor de medemens. Het dna van het vrijwilliger zijn van de familie Yspeert leeft gelukkig ook al jaren voort in je andere dochter Karin. We hopen nog lang op haar inzet te mogen rekenen. Onno namens alle SGK sporters DANK!!



SJAAK VAN VIERSEN

Op 20 september jl. is Sjaak van Viersen na een kortstondige ziekte overleden.

Daar waar G-voetbal van SGK georganiseerd werd, was Sjaak te vinden. Na zijn dagelijkse werkzaamheden bij de Haeghe Groep heeft hij jarenlang goedlachs en hoorbaar zijn taken als vrijwilliger ingevuld. Sjaak dank voor je inzet!

JOPIE KAMERBEEK

Jopie Kamerbeek, de SGK vrijwilliger die sinds 1973 aan de SGK verbonden is geweest, is op 26 september jl. overleden. Zwemmen en de wintersport waren onder andere activiteiten waar ze zich met ziel en zaligheid voor inzette. Een praatje, een olijke lach en vooral plezier maken met de sporters kenschetsten Jopie. Het feit dat ze een paar jaar geleden toch moest stoppen vanwege haar gezondheid vond Jopie heel jammer. Ook in de laatste weken voor haar overlijden sprak ze nog vol passie over de sporters, vrijwilligers en SGK. Zo leuk heeft ze het al die jaren gevonden. Jopie rust zacht!



SGK blijft oprecht dankbaar voor vrijwilligers die zich jarenlang zo willen inzetten voor de sporters met een handicap. Mede door deze mensen kan SGK voort blijven bestaan.

SGK Nieuws

CORONA

Na de zomer zijn de meeste SGK activiteiten weer van start gegaan. En toch vraagt de huidige toename van corona om verdere aanscherping van het beleid. Veiligheid van de sporter, vrijwilliger en sportleraar staat voorop. Het kan betekenen dat

de ene activiteit nog wel door kan gaan, omdat het sporten bijvoorbeeld buiten is of omdat de sporters jonger zijn dan 18 jaar en de andere niet. Het blijft maatwerk en kan per dag of week veranderen. We handelen volgens landelijke richtlijnen van het RIVM

en ook van het NOC*NSF. Dat is niet altijd eenvoudig, maar biedt ons wel de noodzakelijke handvatten. Indien de situatie rondom een activiteit verandert, neemt SGK contact op met desbetreffende sporters.

CONTRIBUTIE

Corona heeft zoals inmiddels bekend grote invloed op het door laten gaan van de SGK activiteiten. Vandaar ook dat het SGK bestuur per kwartaal beslist of de contributie geïnd gaat worden, omdat de sporter mogelijk geen gebruik kan maken van het aanbod. En het wel of niet

innen is weer mede afhankelijk of SGK gebruik mag maken van andere financiële regelingen zoals bijvoorbeeld het kwijschelden van de huur door de gemeente wat natuurlijk geweldig is. Dat is reden dat we de contributie van het 2e kwartaal niet geïnd hebben, maar we wel de contributie van de

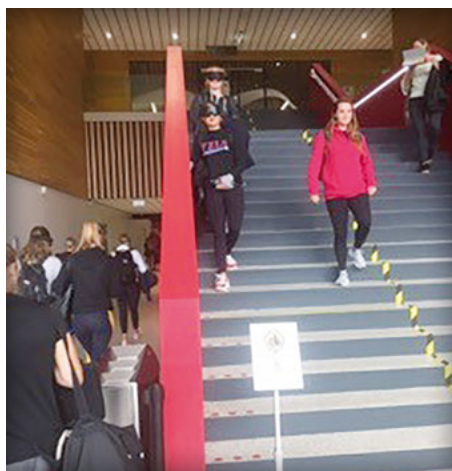
maand september in rekening gaan brengen omdat we weer van start zijn gegaan. Geen idee hoe het 4e kwartaal eruit gaat zien in de huidige situatie. We houden u op de hoogte en gaan ervan uit dat u begrijpt dat wij als organisatie wel kosten blijven maken.

VOORLICHTING AAN STUDENTEN

Op vrijdag 25 september hebben 20 studenten van de HALO voorlichting gekregen van een SGK leraar. Aan de studenten is verteld wat de SGK allemaal doet. Verder hebben de studenten aan den lijve ondervonden hoe het zou zijn om een beperking te hebben. We hebben wat samenwerkingsopdrachten gegeven en van uit de collegezaal moesten ze met een geblindeerde skibril naar de sportzaal. Dit vonden de studenten best spannend. In de sportzaal hebben we het spel goalball (voor

blinde en slechthzienden) en zitvolleybal gedaan. De studenten waren

enthousiast en vonden het een zeer leuke ervaring die middag.



SGK survival toch weer van start

Wat een feest. Op woensdag 16 september werd eindelijk weer een sportevenement opgebouwd vanuit het SGK kantoor. Kano's, stepjes en klauterbanen werden klaar gezet, het draaiboek uitgeprint en de boodschappen voor de lunchpakketten gehaald...de SGK survivaldagen voor het SBO onderwijs stonden gelukkig weer een keer gepland. Normaliter vinden deze dagen in juni plaats als afsluiting van het schooljaar. Corona bracht ons een andere planning. Desalniettemin reageerden de scholen enthousiast om deel te nemen aan deze dagen als start van het nieuwe schoolseizoen.



Op donderdag 17 september stonden om 9 uur de eerste 100 kinderen gereed met een leuke sportieve dag in het vooruitzicht. Ook het weer was ons gunstig gezind. Een nat pak was deze dag helemaal niet erg. De favoriete klimtoren, het mountainbiken en boogschieten stonden vandaag als vanouds op het programma. Op de vrijdag waren ruim 120 kinderen aanwezig. Onder begeleiding van ROC Mondriaan studenten beleefden ook zij een top dag met als afsluiting de prijsuitreiking.



Uit handen van NOC*NSF voorzitter Anneke van Zanen-Nieberg kregen de kinderen hun prijzen.



Dank aan Jeugdvakantieloket, Stichting Pasman en Hulp na Onderzoek voor de financiële ondersteuning.

Kennismaking met sporters en vrijwilligers SGK

**WE GAAN SPORTERS EN VRIJWILLIGERS VAN SGK MEER IN BEELD BRENGEN.
WIE SPORT ER BIJ SGK? EN OP WIE MOGEN WE WEKELIJKS REKENEN?**



Cees een enthousiaste en trouwe vrijwilliger bij SGK in zwembad de Escamphof. Wij hopen nog jaren te mogen rekenen op deze top vrijwilliger!

Hoe ben je bij SGK terecht gekomen?

Door Ed Gerritsen ben ik overgehaald om bij SGK te gaan kijken, omdat ze daar een assistent zwemmen nodig hadden dit was zo half april 2013. Daarnaast draai ik nog bardiensten bij Vitis.

Waarom vind je het leuk om met de SGK doelgroep te werken?

Kinderen met een beperking hebben altijd een apart plekje bij mij gehad. Toen ik dan ook de eerste keer bij SGK kwam was ik direct verkocht en ben gelijk aan de slag gegaan.

Wat zijn verder je hobby's en houdt je bezig?

Buiten het zwemmen ben ik graag aan het biljarten. Maar de meeste tijd breng ik samen met mijn hond Tess door op het strand en in de duinen. Ik heb heel veel en op redelijk hoog niveau aan boogschieten gedaan, maar dat wordt met name voor mijn schouder een te grote belasting.

Verder wil ik nog wel even kwijt het heel jammer te vinden dat Melvin stopt met zwemmen. We hebben altijd heel gezellig en fijn ook met Edith samen kunnen werken. Iedere zaterdag was een feestje. Dat je meer tijd met je vrouw en Noé door wilt brengen begrijp ik heel goed.

Groetjes Cees



Naam: Jayden Kalshoven

Tak van sport: Judo

Reden tot sporten: Jayden vindt het leuk om bezig te zijn, het is goed voor zijn conditie en hij geniet vol van de lessen.



Esther Delissen: is sporter en vrijwilliger bij SGK!
Ze tennist op zaterdag fanatiek op NeverOut Houtrust, doet mee aan toernooien en is tevens 1 van de ambassadeurs voor Special Olympics Nationale Spelen Den Haag 2021!
Iedere donderdagavond is Esther vrijwilliger. Ze steekt dan graag de handen uit de mouwen tijdens het sportuur op de Blinkerd en helpt daar waar nodig.



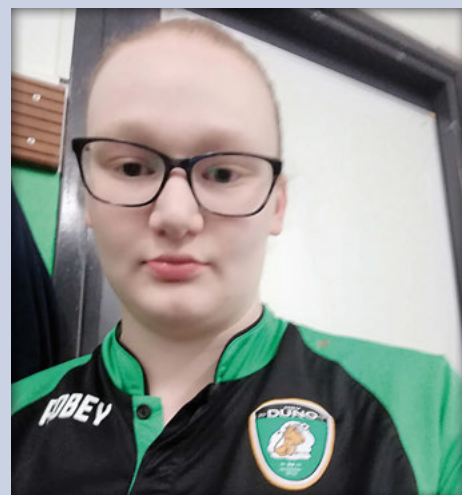
Yasmien is inmiddels al vele jaren actief als SGK sporter en is een zeer enthousiaste sporter en zwemmer van activiteit op de Blinkerd.
Doet altijd graag mee met een partij voetbal en is altijd present tijdens jaarlijks honkbaltoernooi op Storks.



Ben van Aken, sinds september 1975 verbonden aan SGK. Op dit moment 1 uur zwemles, bowling coördinator en vrijwilliger bij de wintersport. Het is leuk met onze doelgroep te werken. Een stralende lach krijg je terug. Daarvoor doe ik dit werk!



Beste SGK leden, mijn naam is Cor Verbij en vanaf heden heb ik mijzelf aangemeld als vrijwilliger bij de G-voetbal. Ik ben nu de coach van PGS G2.
Dit is het team waar ook mijn zoon Miquel in speelt. Het plezier staat voor mij voorop...alleen gaan wij natuurlijk altijd voor de winst.



Dit is Elora. Zij is 22 jaar en al 2 jaar vrijwilliger bij de fitness in Loosduinen!
De reden dat zij vrijwilliger is: 'Door stage te hebben gelopen heb ik kennis gemaakt met de doelgroep. Ik vond het leuk om ook na mijn studie mij in te blijven zetten voor de doelgroep. Het is ook gewoon super leuk en gezellig'.

SGK reizen

20 JAAR FIETSVAKANTIE TERSCHELLING



Op 11 september omstreeks 9.30 uur kwamen de eerste deelnemers al aan op de parkeerplaats voor de SGK. Voor de twintigste keer gaat de fietsvakantie naar Terschelling. Het ging dit keer anders dan anders. Wel een vrolijk weerzien maar geen handjes schudden of geknuffel. Het leek een beetje op politiek met de ellenbogen werken 😊.

Ditmaal waren er drie nieuwe gezichten bij. Pieter en Anno als deelnemers en Silas als nieuwe begeleider.

Toen iedereen was ingecheckt werd er afscheid genomen van ouders en begeleiders en kon de reis beginnen. Deze keer in een grote bus (een zogenaamde Social Distance uitvoering) zodat we de 1,5 meter goed konden handhaven. Door die afstand was het stiller dan andere jaren op de heenreis maar de reis verliep voorspoedig met een korte sanitaire stop bij

Hoorn waar ook Lourens zich bij ons gezelschap voegde. Aangekomen in Harlingen zijn we aan ons lunchpakket begonnen. Toen dat op was zijn we naar de terminal gegaan waar streng werd gecontroleerd op mondkapjes, ook tijdens de bootreis, was dit verplicht. Ondanks dat was het weer een mooie bootreis. Zoals altijd bij aankomst op Terschelling, eerst naar de fietsverhuur. Onze bagage daar neergezet (deze werd door de verhuurder naar de herberg gebracht) en vervolgens op de fiets naar de herberg waar we weer hartelijk verwelkomt werden en gelijk aan tafel konden. Het eten ging ook anders dan anders. Geen buffet, maar we werden door het personeel vriendelijk voorzien van ons eten en de eetzaal was ruimer ingericht zodat iedereen op gepaste afstand van elkaar van de ware maaltijd

kon genieten.

Ter gelegenheid van de twintigste keer had Dory gezorgd voor een heerlijke taart en hebben die op zaterdagavond met een lekker drankje opgepeuzeld.

Andere jaren waren er festiviteiten/activiteiten op het eiland zoals het Rock & Roll festival en de beesten markt. Dit jaar helaas niet, maar niet getreurd, we hebben dit jaar veel gefietst en genoten van het prachtige weer. Op de dinsdag was erg warm en zijn we naar strand bij West aan Zee gegaan en hebben veel deelnemers heerlijk in de zee gezwommen en volop genoten. Op de woensdag een bezoek gebracht aan de Tiger Stelling (een bunkercomplex met museum). Daar rondgewandeld en enkele bunkers bezocht waar een tentoonstelling was van modelvliegtuigen die vroeger gebruikt werden. In de middag een bezoek gebracht aan de Bessenschuur en daar een drankje met heerlijk cranberry gebak genuttigd.



Donderdag, voorafgaande aan de fietstocht, gestart met Lang Zal Hij Leven zingen voor Pieter zijn verjaardag. 's-Middags naar de midgetgolf en de dag afsluiten met de traditionele sorbet bij de molen van Formerum.

Het gebruikelijke kampvuur kon dit jaar niet doorgaan vanwege een stookverbod op het eiland, maar dit werd weer goedge maakt want Pieter heeft voor zijn verjaardag die avond op lekkere vlaai getrakteerd.

Ook werd deze avond gebruikt

voor het uitdelen van de Oorkondes en kreeg iedereen een medaille en een sleutelhanger van Terschelling in de vorm van een Fiets.

Zoals altijd komt er aan alles een eind. Vrijdag werd weer het koffer ingepakt, afscheid genomen van de herberg, fietsen ingeleverd en kwamen na een mooie bootreis weer bij de bus in Harlingen.

De busreis duurde wat langer dan normaal. Een brug die open ging en een file op de A4 van nog eens

20 minuten oponthoud.

Uiteindelijk waren we om 18.30 uur weer terug bij SGK waar de ouders en begeleiders al stonden te wachten.

Ondanks alle regeltjes was het weer een enorm mooie week en waren we blij dat alles gewoon doorgang kon vinden. We kijken terug op een geslaagde reis en hopen dat alles de volgende keer weer onder normale omstandigheden kan plaatsvinden.

Jeroen Rave

ZONVAKANTIE TURKIJE WERD VAKANTIE IN EIGEN LAND

Hoewel we normaalgesproken in het vliegtuig stappen en elkaar stevige knuffels en dikke kussen geven bij aankomst op Schiphol, was dat dit jaar helaas iets anders wegens de strenge coronamaatregelen.



Zo vertrokken we op een druilerige maandagmorgen, op eigen gelegenheid, richting het mooie Drenthe om onze vakantie bij Landal Greenparcs in te luiden. Na een begroeting met onze ellebogen, zwaaiden we de familieleden uit en startten dan eindelijk met onze welverdiende vakantie!

Heel even vreesden we voor het ergste, aangezien corona het ons toch wel heel ingewikkeld had kunnen maken, maar gelukkig was dit helemaal nergens voor nodig: we hebben ons geen seconde hoeven te vervelen!



Van o.a. wafels roosteren boven een kampvuur, tot textiel verven en appeltaarten bakken. Om nog maar niet te beginnen over het glow in the dark golfen, het oplossen van raadsels in een Escape box én de drie (!) bezoeken aan het zwembad! Het personeel van het vakantiepark is ons iedere dag uitstekend van



dienst geweest om ons een zo fijn en veilig mogelijk verblijf te bieden. We hadden het niet beter kunnen treffen!

Wat was het een héérlijke week waarin we onvergetelijke herinneringen hebben gemaakt met elkaar!

Tot een volgende keer.

Groet Nikki

Special Olympics Den Haag 2020-2021 Nieuws

NATIONALE SPELEN 2021

Corona heeft roet in het eten gegooid. Special Olympics Den Haag 2020 kon helaas niet doorgaan. Sportverenigingen waren al gestart met de eerste schema's, de huisjes waren ingedeeld en ook de financiën waren op orde.....

Helaas moesten we de 2000 sporters die zich vanuit het hele land hadden ingeschreven teleurstellen. En met hen hun 700 begeleiders. Deze keuze was onvermijdelijk hoe jammer ook!

Maar gelukkig zijn het bestuur, de gemeente Den Haag, alle 20 sportverenigingen, maatschappelijke partners en fondsen en sponsors het erover eens geworden. Staan de lichten tegen die tijd op groen en kunnen we volgens de dan geldende richtlijnen vanuit

de overheid een verantwoord evenement organiseren...dan gaan we er nog een keer met zijn allen voor.

Van vrijdag 11 tot en met zondag 13 juni 2021 gaan we voor de herkansing!!



Special Olympics
Nationale Spelen
Den Haag 2020



SPONSOREN

Ook in 2020 is SGK zeer blij met de financiële ondersteuning van sponsors en fondsen.

Gemeente Den Haag	Fonds Gehandicaptensport / HandicapNL
Het Jeugdvakantieloket	Stichting Hulp na Onderzoek
Stichting Thurkow Fonds	Stichting Pro Juventute
Meeuwisse B.V	Het Haags Groene Kruis Fonds
Pasman Stichting	Alle sponsors van de wintersportreis
Stichting de Lichtboei	Stichting De Menselijkheid
Lion's club Scheveningen	Fundatie Santheuvel Sobbe

Algemene SGK Info

LEERGELD DEN HAAG

Voor kinderen uit minima-gezinnen zijn veel financiële tegemoetkomingen mogelijk. Bel 070-3601337, mail info@leergelddenhaag.nl of www.leergelddenhaag.nl

HANDIGE WEBSITES

<https://www.hoeverandert-mijnzorg.nl/>
www.denhaag.nl of telefoon-nummer 14070

WIJZIGINGEN IN PERSOONLIJKE GEGEVENS

Bent u verhuisd, heeft u een ander e-mailadres, of een nieuw telefoonnummer? Laat het SGK weten. Dan kunnen we u beter bereiken.

ZOETERMEERPAS

Deelnemers uit Zoetermeer die sporten bij SGK kunnen gebruik maken van de Zoetermeerpas. Uiteraard gelden hier ook de nodige voorwaarden om voor korting op de contributiegelden in aanmerking te komen. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de gemeente: 079-3468000.

OOIEVAARSPAS

Volgens de regels van de gemeente Den Haag m.b.t. de ooievaarspas kan de korting worden verleend startend in het kwartaal waarin u de goedkeuring voor het gebruik van de ooievaarspasnummer aan SGK doorgeeft.

Het is uw verantwoordelijkheid om de goedkeuring jaarlijks aan SGK door te geven. Korting met terugwerkende kracht is niet van toepassing.

SGK leden vanaf 18 jaar krijgen een korting van 50% op de contributie met een maximum bedrag van € 150,- per jaar.

SGK jeugd leden tot 18 jaar kunnen een korting ontvangen van 100% op de contributie van de sport en voor elementair zwemmen. De ooievaarspas mag dan niet bij een andere sportvereniging zijn aangemeld.

Voor meer info gaat u naar www.ooievaarspas.nl/bijdrage of telefonisch via 070-353 7500

Pashouders die in Leidschendam-Voorbrug en Rijswijk wonen kunnen contact opnemen met de eigen gemeente.

SUBSIDIE SPORTHULPMIDDELEN

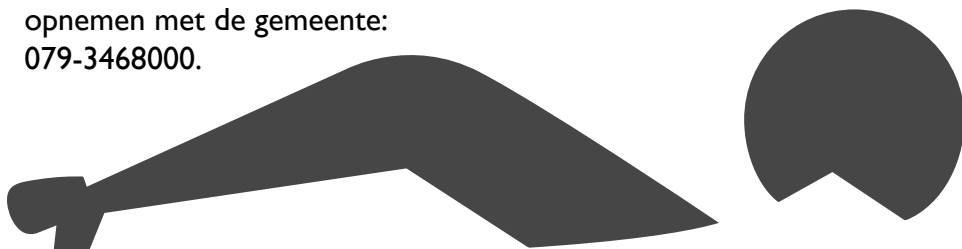
Sinds dit jaar biedt de gemeente Den Haag een financiële tegemoetkoming voor sporthulpmiddelen voor mensen met een beperking. De hulpmiddelen zijn veelal bestemd voor mensen met een lichamelijke beperking, maar wie weet kunt ook u daarvan gebruik maken. Bel met 070-3537500 of kijk op www.denhaagopmaat.nl

OPBOUW CONTRIBUTIE

De contributie voor het lidmaatschap van SGK is een vast bedrag per jaar. Dit bedrag knippen we op in vier gelijke stukken en ieder kwartaal sturen we een factuur voor dat bedrag. Hiermee wordt gespreid over het jaar de hele contributie betaald.

OPENINGSTIJDEN SGK KANTOOR

Op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag is het kantoor geopend van 09.30-16.30 uur. Woensdags is het kantoor gesloten. U kunt een bericht achterlaten op de voicemail of een e-mail sturen naar info@sportbelangsgk.nl. Dan wordt er zo spoedig mogelijk contact met u opgenomen. Bel voor meer informatie SGK: 070-3250005.



Wekelijkse activiteiten van SGK in 2020

Van	Tot	Activiteit	Taxi bestellen	Locatie
Maandag				
19.00	20.30	Voetbal bij PGS Vogel	20.45 uur	PGS Vogel, Wijndaelerweg 9
16.30	18.00	Zwemmen , 2 groepen		Binnenklingen
18.30	20.00	Badminton	20.00 uur	Beethovenlaan I
18.30	20.00	Aerobics/dansen, 2 groepen	1 ^e groep 18.30 2 ^e groep 19.15	Buitenklingen
Dinsdag				
17.45	18.30	Nordic Walking	18.45 uur	Zwedenburg
18.30	19.30	Fit wandelen	19.45 uur	Zwedenburg
Woensdag				
13.45	14.30	Judo voor kinderen		Gymzaal Koetsveldschool
18.30	19.30	Voetbal	19.45 uur	vv SEV, Leidschendam
Donderdag				
11.15	12.00	Zwemmen	12.15 uur	Escamphof
16.00	17.00	Hockey	17.15 uur	hdm
15.30	18.00	Zwemmen, 3 groepen		Binnenklingen
17.00	19.00	Voetbal autisten, 2 groepen		vv PGS Vogel, Wijndaelerweg 9
19.00	20.00	Atletiek autisten		AV Sparta (Zuiderpark, Den Haag)
19.00	20.00	Zaalsport	20.15 uur	Sporthal De Blinkerd
20.00	20.45	Zwemmen	21.00 uur	Zwembad De Blinkerd
20.15	21.00	Zwemmen	21.15 uur	Zuiderparkbad
Zaterdag				
09.30	10.30	Roeien		RV De Laak, Binckhorstlaan 285
10.00	12.00	Judo 2 groepen	11.15 of 12.00	Sporthal Loosduinen
10.00	12.00	Fitness, 2 groepen	11.15 of 12.00	Sporthal Loosduinen
10.00	12.00	Tennis beginners	11.15 of 12.00	Sporthal Loosduinen
10.00	12.00	Tennis gevorderden	12.15 uur	Never Out Houtrust, Laan van Poot 38
11.00	12.30	Zwemmen, 2 groepen	12.00 of 12.45	Zwembad Escamphof



SGK. Speciaal voor Sporters.

SGK

Wijndaelerduin 27

2554 BX Den Haag

Telefoon: 070 - 325 00 05

Fax: 070 - 368 84 37

Internet: www.sportbelangsgk.nl

E-mail: info@sportbelangsgk.nl

Twitter: [@sportbelangsgk](https://twitter.com/sportbelangsgk)

Facebook: [Facebook.com/Sportbelangsgk](https://www.facebook.com/Sportbelangsgk)