



TRANSFIT SPORTDAG 2024



- Datum: Zaterdag 1 juni 2024
Tijdstip: van 10:00 tot 15:30
Locatie: Sporthart 't Gooi op de Woensbergweg 5, 1272 JP Huizen
Website: <https://sporthartgooi.nl>
Vervoer: **Auto** Via A27 afslag 35 of Via A1 afslag 8 of 9
OV via Trein naar Hilversum, dan bus 108 naar Huizen, uitstappen bushalte Huizerhoogt, dan 100 meter naar het noorden lopen via Huizerweg en rechtsaf Woensbergweg in, na 200 meter links.
Deelname: 1. Leden en Donateurs van Sport en Transplantatie
2. Geïnteresseerde Orgaan- of stamcel getransplanteerden
Partners zijn op deze dag van harte welkom, aangeven bij inschrijven

Programma:

(kan nog wijzigen afhankelijk beschikbaarheid)

Tijdstip		Activiteit 1	Activiteit 2	Opmerkingen
10:00	Aankomst			Koffie en Thee met ...
10:30	Welkom			door Voorzitter
10:45		Tai Chi demo(met zwaard)		Door Jan Plomp
11:00		Tai Chi instructie Les		Open voor iedereen
11:30	Activiteit	Sportieve Demo's #1	Wandeling in bos (Walk & Talk)	Zie Uitleg onderaan
12:30	Presentatie			Team voor ETSC 2024 Opzet ETSC 2026 Arnhem
12:45	Lunch			
13:30	Presentatie			Toekomst TransFit en TeamNL-Transplant
13:45		(Walking) Voetbal uitleg		Optie, nog te bepalen
14:00	Activiteit	Sportieve demo's #1	Wedstrijd (optie) (Walking) Voetbal	Zie Uitleg onderaan
15:00	Napraten			Met drankje
15:30	Einde dag			

#1 De sportieve demo's bestaan uit twee onderdelen:

- Elke TransFit Sport kan zich daar laten zien, dat kan via een standje met uitleg of met een korte activiteit gericht op beginnende sporters.
- Tevens zijn er in elk blok twee activiteiten van 30 minuten door begeleiders van Sport Hart 't Gooi. De activiteiten variëren in intensiteit van Fit-Fight of Bootcamp tot Sportief wandelen.