

TERPPRETWEEK 2025

**Té veel leuks in één week? Welnee.
Welkom bij de Terppretweek 2025!**

**Van vrijdag 19 t/m zondag 28 september verandert
Campus de Terp in het bruisende hart van de
Wieringermeer. Tien dagen lang is het tijd voor een
feestelijk programma vol sport, muziek, cultuur,
beweging, eten en vooral... plezier voor álle
leeftijden.**

**Deze week is niet zomaar vol activiteiten,
het is een ode aan alles wat Wieringermeer zo leuk
maakt.**



*Wij hebben met precisie het
programma opgesteld, helaas
kan het voorkomen dat er op
het laatste moment
wijzigingen plaatsvinden.*

PRAKTISCH

Hier vind je het volledige
activiteiten programma met
een korte beschrijving per
activiteit.

De meeste activiteiten zijn
gratis en zonder aanmelding
toegankelijk!

Dit icoon zie je op het
programma als
aanmelden wel nodig is.



Een compacte en
overzichtelijke flyer haal je
op bij Sportcentrum de Terp.

SAMENWERKING

Campus de Terp is een
samenwerking van:

- Kindcentrum de Terp
- Stichting Sport en Welzijn
Wieringermeer (SSWW)
- RSG Wieringermeer
- Gemeente Hollands Kroon

Adres:
De Campus in Wieringerwerf



**Scan voor meer info
of ga naar
www.campusdeterp.nl**



VRIJDAG

19 SEPTEMBER

08:30 uur

BOOTCAMP 16+



Zin in zweten? Doe mee aan een pittige, gezellige en energieke bootcamp.

Buitenlucht + spierpijn = tevreden mens.

Polder-Fit

Locatie: Plein Kind-/Sportcentrum

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan-de-balie)

14:00 uur

REBOUND FITNESS 16+



Spring jezelf fit met deze vrolijke workout op speciale rebound-schoenen. Lekker ritmisch en verrassend leuk!

Lotte Zwaan

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden met schoenmaat: lottezwaan2@hotmail.com

18:00 uur

KLIM EN KLAUTER RUN KINDEROPVANG HOLLANDS KROON
4-12 JAAR MET OUDER/VERZORGER

Ren, klim, kruip en klauter je een weg door het uitdagende parcours bij Kinderopvang Hollands Kroon. Voor kleine helden én grote waaghalzen.

Kinderopvang Hollands Kroon

Locatie: Schipperskade, Wieringerwerf

19:00 uur

TROPISCH DISCOZWEMMEN



Warme temperaturen en lekkere discobeat in een tropische sfeer. Dit is vakantie in je eigen dorp.

Locatie: Zwembad Sportcentrum de Terp

19:15 uur

KARATE JITSU 15+



Ervaar de energie van Japanse krijgskunst, een combinatie van zelfverdediging, kracht en focus.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737

19:15 uur

HIGH ENERGY CHINESE BEWEGINGSLEER/ BOKSEN 16+



Een Japanse krijgskunst waarin ontspanning, balans en innerlijke kracht centraal staan. Bewegingen geïnspireerd op de natuur. Van de kracht van de tijger tot de rust van de wind.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737

ZATERDAG

20 SEPTEMBER

09:45 uur

KARATE JITSU JEUGD 7+

Een veelzijdige zelfverdedigingskunst die stoten, trappen, worpen en klemmen combineert.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737



10:00 uur

OPEN TURN EVENT 6+

Altijd al eens een radslag willen leren? Kom kijken of meedoen. Iedereen is welkom in de turnzaal!

Advendo gym- en turnvereniging

Locatie: Zaal 3-4 Sportcentrum de Terp

10:00 uur

MEDISCHE PILATES 12-100 JAAR

Versterk je lijf op een veilige en rustige manier. Ideaal bij (of na) klachten. Ervaar hoe goed bewegen kan voelen.

Fysio & Fitness Middenmeer

Locatie: Sternstraat 25, Wieringerwerf

Aanmelden: info@fysio-fitnessmiddenmeer.nl



11:00 uur

MEDISCHE YIN YOGA 12-100 JAAR

Rustige yoga gericht op herstel en ontspanning.

Adem in. Adem uit. Kom tot jezelf.

Fysio & Fitness Middenmeer

Locatie: Sternstraat 25, Wieringerwerf

Aanmelden: info@fysio-fitnessmiddenmeer.nl



11:00 uur

PRESENTATIE 'KAN DAT HOOFD OOK UIT?'

Mirjam Bus & Stacey Scholten

Locatie: Horeca Sportcentrum de Terp

12:00 uur

SOEPTOUR, CIRCA 40 KILOMETER DOOR DE POLDER

Het wordt al een traditie, de jaarlijkse LTO soeptour. Lekker fietsen + ingrediënten verzamelen voor de soep + gezelligheid = de perfecte combinatie. Laat je onderweg verrassen bij de deelnemende agrariërs!

LTO

Start: Plein Sportcentrum de Terp

Aanmelden: info@agrarischehoofdstad.nl of via

<https://www.agrarischehoofdstad.nl/soeptour.nl>

Kosten: € 5,00 per persoon



ZATERDAG

20 SEPTEMBER

Vervolg

12:00 uur

RACKETLON 6-18 JAAR

Drie racketsporten uitproberen in één middag: badminton, tafeltennis en tennis. Speel je mee?

Badmintonvereniging

Locatie: Sporthal Sportcentrum de Terp

14:00 uur

TROPISCH RECREATIEF ZWEMMEN VOOR OUDER EN KIND €

Zwemmen in warm water en tropische sfeer – heerlijk relaxen of uitrazen in het bad.

Locatie: Zwembad Sportcentrum de Terp

15:00 uur

SKEELER ACTIVITEIT 5-75 JAAR

Trek je eigen skeelers aan of leen een stel skeelers van ons en kom lekker roetsjen op het parkeerterrein van het Kindcentrum! Ook G-skaters zijn van harte welkom.

Robert Kielstra, Gerben Konijn & Radboud Inline Skating Medemblik

Locatie: Parkeerterrein Terpweg Kindcentrum de Terp

ZONDAG

21 SEPTEMBER

08:45 uur

TAI KI KEN BOXING 15+

Alles draait om beweging, balans en innerlijke kracht! Rustig van buiten, krachtig van binnen.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737



10:30 uur

GEZINSZWEMMEN TROPISCH

Samen spetteren in tropische sferen.

Waterpret voor het hele gezin!

Locatie: Zwembad Sportcentrum de Terp



11:00 uur

HISTORISCHE WANDELING

Ontdek het verhaal van je omgeving en sluit af met iets lekkers bij het Sportcentrum. Een mooie ochtend voor iedereen.

Historisch genootschap

Start: Entree Sportcentrum de Terp



ZONDAG

21 SEPTEMBER

Vervolg

12:00 uur

TAFELTENNISTOERNOOI

Snel, spannend en verrassend fanatiek: het grote pingpongtoernooi! Doe mee of kom supporteren.

St. Sport en Welzijn Wieringermeer i.s.m. Flexwonen

Locatie: Zaal 1 Sportcentrum de Terp



13:00 uur

PRESENTATIE 'HERSTEL JE ENERGIEBALANS'

Leer hoe je energie opdoet, waar je energie lekt en wat je kunt doen om weer in evenwicht te komen.

Mirjam Bus

Locatie: Horeca Sportcentrum de Terp

14:00 uur

ZAALVOETBALTOERNOOI

Wie maakt de meeste panna's? Vorm een team en kom strijden op het zaalvoetbalveld!

Voetbalvereniging DWOW i.s.m. Flexwonen

Locatie: Sporthal Sportcentrum de Terp

Aanmelden per team via Whatsapp 06-37454101



MAANDAG

22 SEPTEMBER

09:00 uur

OPEN INLOOP KINDCENTRUM 65+

Kom kijken waar leren, spelen en groeien samenkomen. De deuren van het kindcentrum staan open!

Locatie: Kindcentrum de Terp

09:15 uur

POLDER BALANCE 16+

Balans voor lichaam en geest. Een zachte workout om helemaal op te laden.

Polder-Fit

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden: krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie



09:45 uur

PEUTERGYM 1,5-4 JAAR

Ontdek op een speelse manier wat je peuter met het lichaam kan. Klimmen, klauteren, rollen en springen, wie wil dat niet? Advendo gym- en turnvereniging

Locatie: Gymzaal Kindcentrum de Terp

MAANDAG

22 SEPTEMBER

Vervolg

10:15 uur

YIN YOGA 16+

Vertragen, ademen, loslaten. Deze zachte yogales is pure ontspanning voor je lijf én hoofd.

Polder-Fit

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden: krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie



11:30 uur

PEUTERSWING 0-4 JAAR MET OUDERS, OPA'S EN OMA'S

Samen dansen, bewegen op muziek met de kleintjes.

Plezier gegarandeerd!

Kappio

Locatie: Kindcentrum de Terp

12:30 uur

BILJARTEN OPEN INLOOP

Leer de fijne kneepjes van het spel. Gezellig, technisch en met een lekker muziekje.

Tweede Helft

Locatie: Cultuurschuur

13:00 uur

HISTORISCHE WANDELING 8-13 JAAR & BIOMIMICRY

(haal je technische ideeën uit de natuur)

Voor nieuwsgierige kinderen met een beetje interesse in het verleden: ontdek de geschiedenis van je eigen buurt!

Historisch genootschap

Start: Entree Sportcentrum de Terp

13:30 uur

KLAVERJASSEN OPEN INLOOP & UITLEG

Trek een kaartje, schuif aan en leer (of herontdek) het leukste kaartspel van Nederland.

Tweede Helft

Locatie: Cultuurschuur

15:00 uur

RONDLEIDING SPORTCENTRUM DE TERP

Zie en hoor wat het sportcentrum te bieden heeft. En stel de vragen die je altijd al wilde stellen.

Locatie: Entree Sportcentrum de Terp

15:30 uur

DANSEN 'SHOW YOUR MOVES'

Laat je gaan op muziek en ontdek hoe leuk bewegen kan zijn. Iedereen kan dansen! Neem je vriend of vriendinnetje mee!

Kappio & Dazzling

Locatie: Plein Kindcentrum de Terp

MAANDAG

22 SEPTEMBER

Vervolg

15:45 uur

WALKING KORFBAL OPEN INLOOP 60+

Langzamer, maar niet minder leuk!

Ideaal voor wie wil blijven bewegen zonder te rennen.

Korfbalvereniging Vido

Locatie: Multiveld Sportcentrum de Terp

18:30 uur

MTB TOERTOCHT EN CLINIC

Pak je mountainbike en helm, en fiets met ons over de

Campus, we leren je de fijne kneepjes van het MTB'en

Cyclingteam

Locatie: Sportcentrum de Terp

18:30 uur

HISTORISCHE WANDELING 13+ & BIOMIMICRY

(haal je technische ideeën uit de natuur) en geniet van iets historisch lekkers na afloop.

Een historische wandeling is verrassend leuk!

Elke plek krijgt betekenis, elk detail vertelt iets.

Historisch genootschap

Start: Entree Sportcentrum de Terp



19:00 uur

VOLLEYBAL JEUGD OPEN LES 12-18 JAAR

Sla, blok en duik je een weg door de training, beginners en gevorderden welkom!

Volleybalvereniging Wieringermeer

Locatie: Zaal 2 Sportcentrum de Terp

19:15 uur

KARATE JITSU 15+

De veelzijdige zelfverdedigingskunst die stoten, trappen, worpen en klemmen combineert. Je bent nooit te oud om mee te doen.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737



19:30 uur

BOOTCAMP 16+

Nieuwe ronde, nieuwe spierpijn!

Kom weer lekker trainen in de buitenlucht.

Polder-Fit

Locatie: Plein Kind-/Sportcentrum

Aanmelden: krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie



MAANDAG

22 SEPTEMBER

Vervolg

19:30 uur

POLDER CYCLE 16+

Stap op de fiets, trap jezelf fit op muziek en verbrand flink wat calorieën. Energiek en verslavend leuk!

Polder-Fit

Locatie: Dojo Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



19:30 uur

POLDER TONE 16+

Een mix van kracht, balans en uithoudingsvermogen. Voor iedereen die z'n hele lijf wil trainen.

Polder-Fit

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



20:00 uur

VOLLEYBAL RECREANTEN OPEN LES 18+

Gewoon lekker meespelen, zonder prestatiedruk.

Plezier voorop!

Volleybalvereniging Wieringermeer

Locatie: Zaal 2-3 Sportcentrum de Terp

DINSDAG

23 SEPTEMBER

Van 07:00 tot 22:00 uur

VRIJE FITNESS OF EGYM TRAINING 16+

Nieuwsgierig naar wat Polder-Fit jou kan bieden?

Kom binnen, kijk rond en laat je inspireren!

Polder-Fit

Locatie: Fitnesszaal Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



Van 09:00 tot 12:00 uur

ECHT ETEN LEER JE BIJ DE BOER! FOODCLASS 7+

Kom met je hele klas ontdekken waar jouw eten vandaan

komt! Met je handen in de aarde en een mand vol kennis naar huis, dat is pas een smakelijk avontuur.

Locatie: Verschillende boerenbedrijven in de Wieringermeer

Aanmelden: tinekevanloon@outlook.com



DINSDAG

23 SEPTEMBER

Vervolg

10:00 uur

OUDERCAFÉ PESTEN

Een open gesprek over pesten, met ruimte voor vragen, ervaringen en tips. Iedereen is welkom.

Kappio & GGD

Locatie: Kindcentrum de Terp

10:00 uur

VOORLEESPRET

Kom luisteren naar de mooiste verhalen.

Voor kleine boekliefhebbers en grootouders.

Kappio

Locatie: Kindcentrum de Terp

11:00 uur

TOPFIT SPORT EN SPEL 50+

De gymles voor senioren: kracht, fun en energie! Elke les is een boost voor lichaam en motivatie.

Advendo gym- en turnvereniging

Met voorlichting van Incluzio over Langer Vitaal Thuis Wonen

Locatie: Zaal 4 Sportcentrum de Terp

13:30 uur

KOERSBAL OPEN INLOOP & SPELUITLEG 60+

Geen jeu de boules, geen bowling – maar iets daartussenin.

Rustig, gezellig én tactisch.

Tweede Helft

Met voorlichting van Incluzio over Langer Vitaal Thuis Wonen

Locatie: Cultuurschuur

14:30 uur

COGNITIEVE FITNESS 65+

Train en onderhoud je denkvermogen en mentale vaardigheden. Alles draait om het stimuleren van je geheugen en concentratie, problemen oplossen en creativiteit.

Lelypark & Team Sportservice

Locatie: Lelypark

Van 14:30 tot 16:30 uur

ECHT ETEN LEER JE BIJ DE BOER! FOODCLASS 7+

Kom ontdekken waar jouw eten vandaan komt! Met je handen in de aarde en een mand vol kennis naar huis, dat is pas een smakelijk avontuur.

Locatie: Verschillende boerenbedrijven in de Wieringermeer

Aanmelden: tinekevanloon@outlook.com



DINSDAG

23 SEPTEMBER

Vervolg

15:30 uur

HIP HOP STREETDANCE OPEN LES 8-10 JAAR

*Kom lekker los in deze swingende dansles vol stoere moves.
Geen ervaring nodig!*

Dazzling

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

16:00 uur

AFRO DANCE OPEN LES 10-12 JAAR

*Een energieke dansmix met Afrikaanse invloeden.
Ritme, vrolijkheid en lekker bewegen!*

Dazzling

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

17:00 uur

HIPHOP OPEN LES 11-13 JAAR

*Stoer, ritmisch en vol expressie – dans je mee met deze open
hiphoples?*

Dazzling

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

17:00 uur

LELYDINER, SAMEN ETEN MET DE WIJK



*Samen eten is samen leven. Schuif aan bij deze gezellige en
verbindende maaltijd bij Lelypark voor de hele wijk. Scoor nu
je maaltijd voor maar 5 euro per persoon. Wel even opgeven
van te voren.*

Lelypark & Woonzorggroep Samen / Wonen+Welzijn

Locatie: Lelypark

Aanmelden: cynthia.minderhoud@wzgsamen.nl

18:00 uur

ATLETIEK 6-12 JAAR

*Rennen met leeftijdsgenoten in de frisse lucht. Lekker actief
en leuk voor jonge lopers!*

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekbaan Sportcentrum de Terp

18:30 uur

HIPHOP OPEN LES 14+

*Scherpe moves, vette beats en veel plezier – laat je energie
los op het ritme van hiphop!*

Dazzling

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

DINSDAG

23 SEPTEMBER

Vervolg

18:30 uur

POLDER PUMP 16+

*Krachttraining op muziek met halters en gewichten.
Spierpijn gegarandeerd (en een voldaan gevoel ook)!*
Polder-Fit

Locatie: Dojo Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



19:00 uur

BOKSLES 12-100 JAAR

*Stoten, trappen, conditie opbouwen én stress kwijt?
Probeer het eens: boksen is voor iedereen!*
Fysio & Fitness Middenmeer

Locatie: Sternstraat 25, Wieringerwerf

19:00 uur

CLINIC DISCUSWERPEN EN KOGELSTOTEN 12+

*Sprinten, springen, werpen – leer in deze clinic
de basis van atletiek.*

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekbaan Sportcentrum de Terp

Aanmelden: info@avwieringermeer.nl



19:00 uur

HARDLOPEN 18+

*Of je nu traint voor je eerste 5 km of gewoon lekker in
beweging wilt komen: sluit aan bij de loopgroep!*

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekbaan Sportcentrum de Terp

19:30 uur

POLDER COMBAT 16+

*Een full-body workout met vechtsportinvloeden.
Geen ervaring nodig, alleen zin om te knallen!*
Polder-Fit

Locatie: Dojo Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



19:30 uur

DANCEHALL OPEN LES 16+

*Een vurige dansstijl met Caribische roots.
Kom shaken, swingen en stralen!*

Dazzling

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

WOENSDAG

24 SEPTEMBER

09:00 uur

OPEN INLOOP KINDCENTRUM 65+

Voor grootouders en nieuwsgierige burens – kom sfeer proeven en ontdek het kindcentrum van binnenuit.

Locatie: Kindcentrum de Terp

09:00 uur

HARDLOPEN 18+

Loop je liever in de ochtend? Pak je trainingsmomentje. In beweging blijven = goed voor alles!

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekgebouw AV Wieringermeer

11:00 uur

MUZIEK VOOR DE KLEINSTEN 0-4 JAAR MET
OUDERS/VERZORGERS

Samen met je kleintje muziek maken, zingen en lachen. Een heerlijke activiteit voor ouder & kind.

Kappio & Dazzling

Locatie: Plein Kindcentrum de Terp

12:30 uur

BILJARTEN OPEN INLOOP & UITLEG

Voor wie de eerste keer heeft gemist – of gewoon nóg een keer wil spelen.

Tweede Helft

Locatie: Cultuurschuur

13:30 uur

BRIDGE OPEN INLOOP & UITLEG

Een spel vol logica, samenwerking en strategie. Kom kijken of bridge iets voor jou is!

Tweede Helft

Locatie: Cultuurschuur

14:45 uur

VOORLEZEN BIJ PRIMERA 4-6 JAAR

Ademloos luisteren naar de mooiste verhalen uit de leukste prentenboeken.

Primera

Locatie: Terpstraat 17, Wieringerwerf

Aanmelden: wieringerwerf@primeranet.nl of in de winkel



15:00 BADMINTON 50+

Badminton is vooral heel leuk.

Pak ook een racket, sla die shuttle en geniet!

Badminton voor senioren Hollands Kroon

Locatie: Zaal 1 Sportcentrum de Terp

WOENSDAG

24 SEPTEMBER

Vervolg

15:30 uur

VOORLEZEN BIJ PRIMERA 7-10 JAAR

Hou je van mooie verhalen? Kom naar Primera, samen beleven we avonturen vol fantasie.

Primera

Locatie: Terpstraat 17, Wieringerwerf

Aanmelden: wieringerwerf@primeranet.nl of in de winkel



16:00 uur

KICKBOKS CLINIC VOOR BEGINNERS 12-15 JAAR

Stoten op de zak, stress eruit! Een energieke training voor wie even alles wil geven.

Kickboksen Wieringerwerf

Locatie: Dojo Sportcentrum de Terp

Bijzonderheden: Sportkleding aan en blote voeten, meenemen: handdoek en water

Aanmelden: www.kickboksenwieringerwerf.nl/terp



17:30 uur

KORFBAL T/M 8 JAAR

Rennen, gooien, scoren, de jongste spelers maken kennis met het korfbalspel op speelse wijze.

Korfbalvereniging Vido

Locatie: Multiveld Sportcentrum de Terp

18:00-21:00 uur

HOE GEZOND IS JOUW HART EN ZENUWSTELSEL?

Inzicht in jouw gezondheid met de NESA scan.

Loop binnen en krijg inzicht in jouw gezondheid: van hartfunctie tot vitaliteit. Laagdrempelig en informatief.

Fysio & Fitness Middenmeer

Locatie: Sternstraat 25, Wieringerwerf

18:30 uur

KICKBOKS CLINIC VOOR BEGINNERS 16+

Stoot de stress eruit! Ervaar hoe energiek een kickbokstraining is.

Kickboksen Wieringerwerf

Locatie: Dojo Sportcentrum de Terp

Bijzonderheden: Sportkleding aan en blote voeten, meenemen: handdoek en water

Aanmelden: www.kickboksenwieringerwerf.nl/terp



18:30 uur

KORFBAL VOORTGEZET ONDERWIJS KLAS 1-2-3

Speciaal voor kids en tieners. Leuke training vol energie en teamgevoel!

Korfbalvereniging Vido

Locatie: Multiveld Sportcentrum de Terp



WOENSDAG

24 SEPTEMBER

Vervolg

19:00 uur

STRESSMANAGEMENT VOOR VROUWEN 30+

Ben je al een tijdje onderweg op het zelfontwikkeling pad? Leer hoe je met meer rust en zelfvertrouwen door het leven stapt. Praktisch, positief en helemaal voor jou!

Hoofdbalans, Ivonne van Etten

Locatie: Horeca Sportcentrum de Terp

Aanmelden: hoofdbalans@gmail.com



19:15 uur

TABATA 30+

Een intensieve intervaltraining voor het verbeteren van je conditie, kracht en vetverbranding.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737



19:30 uur

BOOTCAMP VOLWASSENEN

Lekker buiten trainen in een motiverende groep.

Weer of geen weer – we gaan ervoor!

Fittality

Locatie: Plein Kind-/Sportcentrum de Terp

Aanmelden: <https://fittality-factory.trainin.app>



19:30 uur

POLDER ATTACK 16+

Cardio, kracht en knallen! Een stevige workout voor iedereen die houdt van actie.

Polder-Fit

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



19:30 uur

POLDER CYCLE 16+

Nog een kans om mee te spinnen! Je benen gaan los op lekkere muziek. Zweet + endorfine = topcombi.

Polder-Fit

Locatie: Dojo Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



19:30 uur

KORFBAL 18+

Voor wie wil herontdekken hoe leuk korfbal is, kom gezellig meetrainen.

Korfbalvereniging Vido

Locatie: Multiveld Sportcentrum de Terp

DONDERDAG

25 SEPTEMBER

Van 07:00 tot 22:00 uur

VRIJE FITNESS OF EGYM TRAINING 16+

Even je eigen ding doen in de fitnessruimte.

Of kennismaken met Egym, voor slimme krachttraining.

Polder-Fit

Locatie: Fitnesszaal Sportcentrum de Terp

Aanmelden: krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie



09:00 uur

G-NIALE SPORTDAG

Een feestelijke sportdag voor iedereen met een

(verstandelijke) beperking, met muziek, bewegen én plezier!

Team Sportservice

Locatie: Zaal 2-4 Sportcentrum de Terp

09:15 uur

POLDER TONE 16+

Een combi van kracht, cardio en core.

Dé les voor een fitter lichaam!

Polder-Fit

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden: krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie



10:00 uur

SPORTIEVE ACTIVITEIT KIND 0-4 JAAR EN
OUDERS/VERZORGERS

*Samen sporten, dat wil iedereen. Goed voor de band tussen
ouder en kind.*

Kappio & Team Sportservice

Locatie: Kindcentrum de Terp

12:30 uur

AQUAPOWER

Net voor de kinderen uit school komen een pittig lesje

*Aquapower – de ultieme combinatie van kracht, conditie en
fun! Eigenlijk geschikt voor iedereen die houdt van een
uitdaging.*

Locatie: Zwembad Sportcentrum de Terp

13:30 uur

KOERSBAL OPEN INLOOP & SPELUITLEG

*Rustig, precies en verrassend leuk! Probeer dit tactische
balspel zelf.*

Tweede Helft

Locatie: Cultuurschuur

DONDERDAG

25 SEPTEMBER

Vervolg

14:30 uur

SMARTLAPPEN ZINGEN

Zing lekker mee met het levenslied! Liefde, leed en gezelligheid onder één dak.

Lelypark met Simone op de accordeon

Locatie: Lelypark

15:30 uur

ESCAPE THE SCHOOL

Los samen puzzels op, kraak codes en ontsnap binnen de tijd. Spannend én verbindend!

Kappio

Locatie: Kindcentrum de Terp

18:00 uur

ATLETIEK 6-12 JAAR

Nog een kans om mee te rennen met leeftijdsgenoten. Fris, snel en leuk!

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekbaan Sportcentrum de Terp

18:30 uur

POWER YOGA 16+

Een krachtige vorm van yoga voor wie graag beweegt én ontspant. Lenig of niet, iedereen kan mee doen.

Polder-Fit

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan-de-balie)



19:00 uur

HYROX

Dé nieuwe hype in fitnessland! Combineert kracht en cardio in één uitdaging. Kom ontdekken wat Hyrox is.

Fysio & Fitness Middenmeer

Locatie: Sternstraat 25, Wieringerwerf

19:00 uur

CLINIC DISCUSWERPEN EN KOGELSTOTEN 12+

Een korte introductie van werpen en stoten, maak kennis met de veelzijdigheid van deze sport.

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekbaan Sportcentrum de Terp

Aanmelden: info@avwieringermeer.nl



DONDERDAG

25 SEPTEMBER

Vervolg

19:00 uur

HARDLOPEN 18+

Extra gelegenheid om lekker te lopen. Je hoeft niet snel te zijn, wel zin te hebben.

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekbaan Sportcentrum de Terp

19:30 uur

SOEMBA 16+

Een rustige workout met aandacht voor lichaamshouding, ademhaling en bewustzijn. Uniek én ontspannend!

Polder-Fit

Locatie: Dojo Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



19:30 uur

YIN YOGA 16+

Nog een kans om diep te ontspannen.

Kom stretchen, ademen en loslaten.

Polder-Fit

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



VRIJDAG

26 SEPTEMBER

Van 07:00 tot 22:00 uur

VRIJE FITNESS OF EGYM TRAINING 16+

Even zelfstandig trainen of kennismaken met Egym: doe wat bij jou past, op je eigen tempo.

Polder-Fit

Locatie: Fitnesszaal Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



08:30 uur

BOOTCAMP 16+

Voor iedereen die geen genoeg krijgt van outdoor kracht en cardio. Samen zweten is leuker!

Polder-Fit

Locatie: Plein Kind-/Sportcentrum de Terp

Aanmelden: [krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie](mailto:krista@polderfit.nl/0227-203050/aan%20de%20balie)



09:00 uur

OPEN INLOOP KINDCENTRUM 65+

Mis deze laatste kans niet om binnen te kijken bij het kindcentrum – voor grootouders, burens en nieuwsgierigen.

Locatie: Kindcentrum de Terp

VRIJDAG

26 SEPTEMBER

Vervolg

09:30 uur

WANDELGROEP 18+

Lekker bewegen, mooie gesprekken en frisse lucht.

Sluit aan en wandel mee! Pak ook even de beweegbank mee bij de jeu de boule banen.

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekgebouw AV Wieringermeer

11:00 uur

RONDLEIDING SPORTCENTRUM DE TERP

Ben je al eens binnen geweest? Altijd welkom maar nu hoor en zie je de ins-en-outs.

Locatie: Entree Sportcentrum de Terp

12:30 uur

BILJARTEN OPEN INLOOP & UITLEG

Nog één keer meespelen, leren of gewoon kijken.

Kom binnen en schuif aan!

Tweede Helft

Locatie: Cultuurschuur

13:00 uur

COLOR RUN

Ren door kleurenpoeder, lach je suf en maak de wereld een stukje vrolijker. Speciaal voor alle leerlingen van het Kindcentrum.

Kindcentrum & Kappio

Locatie: Plein Kindcentrum de Terp

14:00 uur

REBOUND FITNESS 16+

Lekker springen op verende schoenen.

Gek? Een beetje. Leuk? Zeker weten!

Lotte Zwaan

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden met schoenmaat: lottezwaan2@hotmail.com



14:00 uur

Bingo in het AZC 18+

Een vrolijke bingo met handen, voeten en in verschillende talen. Een waardevolle ontmoeting en veel gezelligheid. Neem zelf een prijs mee voor een ander.

Asielzoekers & Taalcafé

Locatie: Asielzoekerscentrum, Wieringerwerf

Aanmelden: Receptie van het AZC



VRIJDAG

26 SEPTEMBER

Vervolg

17:00 uur

VRIJMIBOULEN (JEU DE BOULES) 18+

De vrijdagmiddagborrel, maar dan met ballen! Kom gooien, lachen en borrelen met buurtgenoten in Franse sfeer. Hapjes worden verzorgd door Marleen's Kaas en Delicatessen.

St. Sport en Welzijn Wieringermeer

Locatie: Jeu de Boulesbaan Campus de Terp



17:15 uur

BOOTCAMP T/M 18 JAAR

Voor jongeren die willen zweten, springen, rennen en lachen. Buiten en boordevol energie!

Fittality

Locatie: Plein Kind-/Sportcentrum de Terp

Aanmelden: <https://fittality-factory.trainin.app>



19:00 uur

FRESH FACED & FABULOUS

Verwenmoment speciaal voor tienermeiden bij DA Drogisterij & Parfumerie Meeuwssen. Met tips, verzorging en een verrassings-goodiebag. Jij verdient het!

DA drogisterij, Marlies

Locatie: DA drogisterij, Terpstraat, Wieringerwerf

Aanmelden via Whatsapp 06-57358235



19:00 uur

BOOTCAMP VOLWASSENEN

Laat die spierballen maar weer werken.

Train mee in een gezellige groep!

Fittality

Locatie: Plein Kind-/Sportcentrum de Terp

Aanmelden: <https://fittality-factory.trainin.app>



19:15 uur

KARATE JITSU 15+

Praktisch, veelzijdig en geschikt voor iedereen die sterker, sneller en zelfverzekerder wil worden.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737



19:15 uur

TAI KI KEN 16+

Helpt je lichaam en geest te verbinden, waardoor je krachtiger en bewuster wordt in beweging en zelfverdediging.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737



ZATERDAG

27 SEPTEMBER

09:15 uur

POLDER CYCLE 16+

Laat je benen branden tijdens deze populaire spinningles. Muziek aan, hoofd uit!

Polder-Fit

Locatie: Dojo Sportcentrum de Terp

Aanmelden: krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie



09:45 uur

KARATE JITSU JEUGD 7+

Leer jezelf te verdedigen door techniek, snelheid en kracht, en stimuleer mentale focus en doorzettingsvermogen.

Budoschool Shintai

Locatie: Wierweg 26, Slootdorp

Aanmelden: karate.pieter@gmail.com of 06 28051737



Vanaf 10:00 uur

VISKARAVAAN

Hengel uit, rust aan. Vang je eerste vis of leer nieuwe technieken – plezier voor elke leeftijd!

Hengelsportvereniging Hollands Kroon

Locatie: Visparel Campus de Terp

10:00 uur

MEDISCHE PILATES

Je rug, je houding, je adem – alles krijgt aandacht in deze herstellende pilatesles.

Fysio & Fitness Middenmeer

Locatie: Sternstraat 25, Wieringerwerf

Aanmelden: info@fysio-fitnessmiddenmeer.nl



10:15 uur

POLDER PUMP 16+

De barbell roept! Doe nog een rondje mee in deze krachtige groepsles.

Polder-Fit

Locatie: Groepsles Sportcentrum de Terp

Aanmelden: krista@polderfit.nl/0227-203050/aan de balie



11:00 uur

MEDISCHE YIN YOGA

Sluit de week af in stilte en ontspanning. Laad jezelf op met deze rustige yogales.

Fysio & Fitness Middenmeer

Locatie: Sternstraat 25, Wieringerwerf

Aanmelden: info@fysio-fitnessmiddenmeer.nl



ZATERDAG

27 SEPTEMBER

Vervolg

11:00 uur

WILDPLUKWANDELING

*Ontdek wat er allemaal eetbaar groeit op het Campusterrein.
Verrassend leerzaam én lekker!*

Pioniersplek

Locatie: Campus de Terp,

start: Entree Sportcentrum de Terp

13:00 uur

DE LANGSTE PICKNICK OOIIT

Breng je picknickkleed of tafel en stoeltjes en je eigen bord en bestek mee en geniet van de gezelligste lunch van het jaar.

Iedereen is welkom! Er wordt voor je gekookt door

Woonzorggroep Samen met producten uit de regio die worden aangeboden door onze eigen agrariërs. Slagerij Poelsma en Bakkerij Slijkerman sponsoren de broodjes met beleg.

Zorgwoongroep Samen & St. Sport en Welzijn Wieringermeer

Locatie: Campus de Terp

Van 14:00 tot 16:00 uur

HANDBAL CLINIC OPEN INLOOP 6-18 JAAR

Kom kennismaken met handbal! Dynamisch, snel en verrassend leuk om zelf te doen.

DWOW-handbal

Locatie: Multiveld Sportcentrum de Terp

Vanaf 17:00 uur

FEEST & OPTREDENS, OPEN PODIUM

We sluiten de week af met een spetterend feest, live muziek en dans tot je erbij neervalt. Kom vieren dat Campus de Terp een jaar bestaat!

OPEN PODIUM

Heb je altijd al een keer willen optreden (met je band), dan is dit je kans! Tussen 18:00 en 20:00 is het podium open voor try-outs. Wel even aanmelden van te voren!

St. Sport en Welzijn Wieringermeer & Link jongerenwerk

Locatie: Campus de Terp

Meld je aan als je wilt komen optreden op het open podium bij: coordinator@sportwelzijnwieringermeer.nl



FEEST & OPTREDENS

We starten met de rockband The Flying Beans

En we eindigen met de lokale band TISWATHETIS

ZONDAG

28 SEPTEMBER

11:00 uur

CLINIC PROEFWERPEN IN DE NIEUWE WERPKOOI 12+

Hoe voelt het om te werpen in de nieuwe werpkooi?

Wees de eerste om dit te testen.

AV Wieringermeer

Locatie: Atletiekbaan Sportcentrum de Terp



13:30 uur

JEUGDTRIATLON EN OUDER-KIND TRIATLON

Doe mee aan de Jeugdtriathlon en laat zien wat je kunt in het water, op de fiets én op de baan!

Schrijf je in: alleen, in een team of samen met je (groot)ouder.

Locatie: Sportcentrum de Terp,

start: Zwembad Sportcentrum de Terp

Aanmelden: via QR of via

www.sportcentrumdeterp.nl/diverse-activiteiten



PRAKTISCH

De meeste activiteiten zijn gratis en zonder aanmelding toegankelijk!

Dit icoon zie je op het programma als aanmelden wel nodig is.



Een compacte en overzichtelijke flyer haal je op bij Sportcentrum de Terp.

SAMENWERKING

Campus de Terp is een samenwerking van:

- Kindcentrum de Terp
- Stichting Sport en Welzijn Wieringermeer (SSWW)
- RSG Wiringherlant
- Gemeente Hollands Kroon

Adres:

De Campus in Wieringerwerf



Scan voor meer info
of ga naar
www.campusdeterp.nl

