

Sportex strand, Rhederlaagse meren, Lathum

Programma Sportmiddag

20 juni 2017



schrijf je in voor 13 juni!

Provinciale sportgebeurtenis op dinsdag 20 juni 2017

Beste sportieve collega's

Voor u ligt wederom het programma van de jaarlijkse provinciale sportmanifestatie. Zoals reeds tevoren aangekondigd vindt deze plaats op **dinsdagmiddag 20 juni 2017**. Een hele middag ontspannen door inspanning. Ons verzamelpunt is op en rondom het terrein van SportexNederland in Lathum aan de Rhederlaagse Meren, Bandijk 45. Daar staat tussen 12.15 en 12.45 uur de koffie/thee met een versnapering voor u klaar.

Zoals andere jaren is er ruimte voor traditionele sportdag onderdelen, dit jaar aangevuld met nieuwe activiteiten. Elk deel van de sportonderdelen staat onder deskundige begeleiding van Sportex Nederland.

Lees in het programma verderop in dit boekje hoe een en ander in zijn werk gaat

De VGPP is van mening dat er weer een omvangrijk en aantrekkelijk programma wordt aangeboden, waarin een ieder wel iets van zijn sportieve gading kan vinden. En natuurlijk is er weer voorzien in een aantrekkelijke culinaire afsluiting. Van groot belang voor het welslagen van de gehele onderneming is natuurlijk het weer. Laten we hopen dat het weer ons ook dit jaar weer goed gezind is. Net zoals in het verleden verwachten wij weer een groot aantal enthousiaste deelnemers. Alles is er op dinsdagmiddag 20 juni klaar voor.

- De start van de sportdag is op het terrein van Sportex Nederland -.

Er is geen mogelijkheid uit te wijken bij hele slechte weersomstandigheden. Volg dus op het Serviceplein en de Binnenplaats de laatste ontwikkelingen. Kijk ook op onze site www.vgpp.nl.

Het VGPP-bestuur kan niet zonder al die collega's die ieder jaar weer enthousiast hun medewerking toezeggen om een sportwedstrijd op deze middag te organiseren en te begeleiden. Zonder hen was er van een happening als deze geen sprake. Wij danken hen ook nu weer bij voorbaat reeds voor hun inzet.

Lathum is goed te bereiken per fiets (11,5 km van het HdP, 33 minuten) en met het openbaar vervoer. Er is geen speciaal busvervoer naar Lathum geregeld. Hebt u geen auto-vervoer nodig voor uw sportkeuze (zie verderop in dit programma) rijdt dan mee met een collega of ga met de bus! Dat is goed voor het milieu en uiteindelijk ook nog veel gezelliger. Volg voor het parkeren de aanwijzingen van de medewerkers van Sportex op. **Let op!** Het aantal parkeerplaatsen bij Lathum is beperkt.

De activiteiten starten vanuit het organisatiegebouw. De VGPP is op die dag te bereiken via de centrale post, eveneens in het organisatiegebouw. Hier kunnen jullie terecht voor eventuele vragen, benodigde informatie en het afhalen van de consumptiebonnen. Ook de teamleiders moeten zich hier melden.

Laten we er een hele sportieve en gezellige middag van maken.
Het bestuur van de V.G.P.P.

20 juni 2017

Adres:

Sportex Nederland, Mark & Leonie
Bandijk 45 (tegenover het IJssalon)
6988 BK Lathum
026 442 5532 of 0313 631 333



Inschrijven Sportmiddag

Aan de provinciale sportmanifestatie zijn GEEN kosten verbonden. .

Wij verwachten een positieve en sportieve instelling en hopen op ieders goede humeur!

Naast de onmisbare medewerking van diverse collega's berust de organisatie van de provinciale sportgebeurtenis bij:

| | |
|------------------------------|------------------|
| Annelies Bouwmeister, | T (026) 359 9066 |
| Diana Delsink, | T (026) 359 9115 |
| Yvonne van Brink, | T (026) 359 9007 |
| Peter Evers, | T (026) 359 9802 |
| Peter Reinders, | T (026) 359 8428 |
| Tom Hissink, | T (026) 359 9177 |

Heeft u nog vragen neem dan contact op met een van de hiervoor vermelde personen.

Denk a.u.b. aan het milieu, is het nodig dit bericht te printen (na het lezen)? **Tip:** Print alleen de bladzijden die u nodig heeft. Bij voorbaat dank voor de moeite, het bespaart de provincie veel papier en kopieerkosten!!! En het milieu is de lachende derde.



Het programma

Vanaf

- 12.00 uur** **Ontvangst op het terrein van Sportex Nederland (Bandijk 45, Lathum)**
met koffie/thee en een versnapering.
Vanaf deze locatie starten alle programmaonderdelen (m.u.v. het tennistoernooi).
- 12.45 uur** **Beach en Water Event: Gereed maken (voor vertrek) naar de sportonderdelen** en aanvang van de individuele en teamsporten op de locaties zoals bij de diverse sporten verderop in dit boekje zijn aangegeven.
NB *Het tennistoernooi begint om 10.00 uur.*
- 14.15 -15.45** **Beach en Water Event:**
- 16.00 uur** **Einde sportprogramma**, berekening klassementen. Verzamelen op het grasterrein coördinatiegebouw, vanaf dit tijdstip is de bar geopend.
- 16.15 uur** **Afsluiting** Heerlijke luxe barbecue aan het strand van de Rhederlaagse meren
- 16.30 uur** **Prijsuitreiking.**

Opzet:

Jullie PROVINCIE GELDERLAND SPORTDAG vindt plaats op en rond onze Sportex Strand locatie aan de Rhederlaagse meren tegen het decor van Nationaal Park Veluwezoom “de Posbank”. Elke deelnemer gaat afhankelijk van zijn of haar keuze aan één of twee activiteiten meedoen waaronder SAWA’S (samenwerkingsactiviteiten). Het maximaal aantal deelnemers per activiteit en het programma worden van tevoren vastgesteld. Voor de deelnemers een middag vol avontuurlijke belevenissen in de mooie, bosrijke en heuvelachtige omgeving van de Zuid-Veluwe. ‘s Middags wordt jullie feestdag voortgezet met een goed verzorgde luxe barbecue en een enthousiaste PRIJSUITREIKING waarbij er prijzen zijn voor o.a. het beste zeilteam, de winnaars van de Provincie Gelderland BEACH TEAMKAMP en het beste volleybalteam.



Hoe bereikt u Sportex Nederland

OPENBAAR VERVOER: Voor bustijden zie 9292.nl

EIGEN VERVOER: Lathum is uitstekend te “biefetsen”.

Zo’n 33 minuten op de pedalen en u bent er; de spieren zijn dan tevens goed opgewarmd.



PER AUTO Tomtom instellen op postcode 6988 BK - huisnr. 45

Er is maar beperkt parkeerruimte voorhanden, dus wellicht is fietsen of carpoolen een goed alternatief!
Gaarne parkeren op de aangegeven plek a.u.b..

Adres: Bandijk 45, 6988 BK Lathum, 026 442 5532 of 0313 63 13 33

Keuze activiteiten Recreatief:

Ontspannen aan de slag; voor iedereen leuke en toegankelijke activiteiten veelal met wedstrijdement.



Provincie Gelderland fiets, puzzeltocht desgewenst met e-bike

Gezellige tourtocht in groepjes met topografische kaart langs verschillende bezienswaardigheden. U fietst over de Posbank en langs Kasteel Middachten. Onderweg lost u vragen op en doet u een aantal activiteiten zoals tangram, hoefijzerwerpen en knoopopdracht. Wie beantwoordt de vragen goed en behaalt de meeste punten? (duur 3 uur) (10 personen met E-bike). Deelnemers kunnen met : eigen fiets/ eigen E-bike of huur fiets/ huur E-bike, dit van te voren aangeven.

NIEUWE FIETSRROUTE



Zeilen

Zeilinstructie gevolgd door een mooie tocht in 5-persoons zeilboten over de Rhederlaagse meren. Zeilwedstrijd! Zeilen of gezeild worden. U leert de grootschoot, de fok en het roer te bedienen of ontspan en geniet van het mooie waterrijke gebied en laat u zeilen door de instructeur of uw collega's. (max. 20 personen per ronde)



Paardrijden beginners/gevorderde in de bak

Voor deelnemers die altijd al een rit op een pony of paard hebben willen maken, u leert de beginselen van het paardrijden, lopen, draven en galopperen onder professionele begeleiding. (2 rondes: van max. 10 personen per ronde). 1 ste ronde van 13.00-14.00 uur
2 de ronde van 14.15-15.15 uur

Combinatie activiteiten:

Stel zelf je programma samen! Kies uit onderstaande activiteiten 2 onderdelen:



Tuk tuk rijden*

Beleef "De Liemers" vanuit een Tuktuk, heerlijk tuffen over boerenweggetjes en dijkjes met dit unieke vervoermiddel. Onderweg komt u langs bijzondere bezienswaardigheden. (Max 28 personen per ronde).

* Geldig rijbewijs of brommercertificaat verplicht.



Kick Biken

Een geweldige belevenis op een step met grote wielen een prachtige tocht maken door de schitterende omgeving van "de Liemers". (Max 24 personen per ronde).



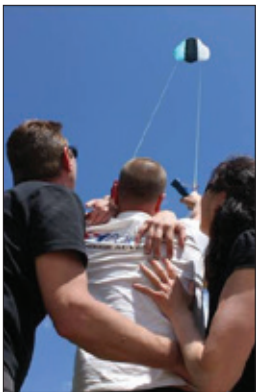
Laser kleiduif schieten

Een moderne variant op het bekende kleiduiven schieten. Je schiet met omgebouwde jachtgeweren met infra rood (dus zonder terugslag) op de kleiduif (schijf) die wordt gelanceerd. Wie raakt de meeste kleiduiven?
(max 15 personen per ronde).



Beachgolf

Onder leiding van onze Instructeur leert u hoe u het golfballetje moet slaan. Deze manier van golfen is leuk en avontuurlijk, geen strakke greens maar zand en uitdagend terrein. Welk team kan in zo'n min mogelijk slagen het parcours afleggen?



Parakiten **

Vliegeren met een REUZE vlieger. Stunten en stoeien met de wind!
(Max. 12 personen)

** Bij weinig wind alternatief: handboogschieten



Suppen

Stand up paddle heb je met een aantal minuten onder de knie. Deze sport komt grotendeels neer op balanceren. Je gebruikt veel spiergroepen die niet makkelijk in de sportschool te trainen zijn. Stand up paddle is een complete work-out voor je lichaam. Bij stand up paddle bepaal je zelf je intensiteit. Je kunt een rustige, ontspannen vaart maken of een uitdagende, intensieve tocht. Mocht je na een tijdje peddelen even rustig aan wil doen, kun je op je knieën verder peddelen of gewoon gaan zitten en genieten van je omgeving. Fijn aan stand up paddle is dat je niet afhankelijk bent van een groep om te sport te beoefenen. Factoren als onrustiger water en wind bepalen de intensiteit. Door staande houding vang je natuurlijk meer wind en dat vereist balanskunsten. Door deze houding heb je overzicht wat er om je heen gebeurt. Hierdoor wordt anticiperen en inspelen op factoren die om je heen gebeuren makkelijker. Vooral op groot water of wild water kun je een betere en dus veiligere koers varen. Stand up paddle biedt veel voordelen en dit maar het daarom juist uitdagend en geschikt voor iedereen.



Handboogschieten

Instructie gevolgd door een spannende Wilhelm Tell finale!





Teamkamp Provincie Gelderland Te Land, Ter Zee en op het Luchtkussen

Deze bijzondere PROVINCIE GELDERLAND TEAMKAMP is een verrassend spectaculair SPEL! In 8 activiteiten in 3 categorieën spellen: te land, ter zee en op het luchtkussen worden de teams uitgedaagd om maximaal te presteren. Er worden punten gescoord op kracht, snelheid, vaardigheid, techniek, groepsinzet en teamgeest. Het karakter van de teamkamp is spannend en ludiek waarbij de komische noot niet zal ontbreken. (De teamkamp groepen is geschikt voor 6-8 personen).

Activiteiten Zoals:

1. BROEKLOPEN

Nu moet je wel samenwerken! Aan elkaar gekoppeld probeer je met je team het uitgezette parcours zo snel mogelijk af te leggen. Welke team wint dit jaar deze activiteit?

Score: Snelste tijd

2. TOUWTREKKEN

Met je team heb je de touwtjes zelf in handen! Probeer met al je kracht

De tegenpartij over de streep te trekken, dus hakken in het zand!

3. SPONSBROEKENRACE

De teams strijden tegen elkaar! Voorzien van een broek met hierop sponzen probeer je zoveel mogelijk water te verzamelen. Welk team krijgt de liters bij elkaar? Spannende wedstrijd waarbij samenwerking tussen de teamleden voorop staat!

Score: aantal liters water

4. BUBBEL VOETBAL:

Hanteert alle regels van het reguliere voetbal alleen is er één groot verschil. Je mag je tegenstander omvergooien! Deze fantastische groepsactiviteit is geschikt voor jong en oud en gegarandeerd hilarisch, voor zowel de spelers als voor de toeschouwer.

5a. ZEEPHELLING

Ga van de zeephelling af! Leuke uitdaging om vervolgens zo ver mogelijk te glijden op de buikglijbaan. Welk team komt het verste met hun teamleden?

Score: snelste tijd

OF

5b. RAFTEN:

Vaar met je team zo snel mogelijk het uitgezette parcours! Welk team bezit kracht/snelheid en behendigheid?

Score: snelste tijd



6. STORMBAAN

Elk jaar is dit de favoriet! Wie kan er met zijn/haar team deze opdracht op de juiste manier uitvoeren? Score: Snelste tijd

Voor de echte bikkels is er de super stormbaan. Klimmen, klauteren, vallen en weer doorgaan: het hoort er allemaal bij. Meteen vanaf het begin start je met de eerste beklimming waarna je vervolgens naar beneden glijdt. Zorg er dan voor dat je eerder dan je directe tegenstander door het poortje bent. Maar pas op! Want voordat je het weet struikel je over een van de vier pilaren. Heb je deze weten te omzeilen? Klim dan nog een laatste keerspring naar beneden en duik over het laatste object heen om als eerste over de finish van de survivalbaan te komen!

Het geheel vindt plaats onder de enthousiaste begeleiding van professionele Instructeurs die plezier garanderen, maar ook de veiligheid in acht nemen.

In samenwerking met de Personeelsvereniging te organiseren activiteiten:



TENNIS

Competitie: Er zal worden gespeeld in verschillende groepen welke ingedeeld zijn naar speelsterkte. (2 banen)

VOLLEYBAL

Zoals gewoonlijk vindt het volleybaltoernooi dit jaar ook weer plaats. We kunnen gebruik maken van maximaal vier volleybalvelden. (10 ligbedjes)



MOTORTOURTOCHT

Voor degene die met een eigen motor een tocht willen maken .

DARTCOMPETITIE

180!! Een pijltje gooien net als Michael van Gerwen. Een sportieve wedstrijd tegen je collega's!





Barbecue

Het evenement wordt voorgezet met een goed verzorgde barbecue in onze sfeervolle partytent met schitterend uitzicht op de heuvelrug van het prachtige Nationaal Park Veluwezoom (Posbank). Uw uitstekend verzorgde barbecue bestaat bijvoorbeeld uit: zelfgemaakte verse Hamburgers, barbecue worst, Zalm, Kipsaté of Spareribs, Aardappel- en runder salade, overheerlijke verse Salade met tomaat, komkommer, mozzarella, gemengde sla, croutons, dressing, Rauwkost, Rijst, Stokbrood & Saté Saus en huisgemaakte kerrysaus, kruidenboter, knoflook & Bbq saus.

Uw vlees wordt op authentieke wijze met echte kolen bereid.

Ook voor de vegetariërs** is er een ruime keuze.

Uw Sportex team



**AANMELDINGSFORMULIER
PROVINCIALE SPORTMIDDAG dinsdag 20 juni 2017**



ALLEEN VOLLEDIG INGEVULDE FORMULIEREN WORDEN GEACCEPTEERD!

Naam : Man / vrouw

Telefoon: Vegetarisch

Alleen voor de buitendienst medewerkers:

adres: Telefoon:.....

PROGRAMMA

Inschrijving als individueel

- Recreatieve puzzelfietstocht gaat met eigen fiet wenst fiets wenst e-Bike
- Zeilen i.c.m. Beachgolf
- Paardrijden beginners gevorderden in de bak
- Combinatie-activiteiten: kies twee onderdelen**
 - Tuk tuk rijden
 - Kick biken
 - Laser Kleiduif schieten
 - Beachgolf
 - Parakiten
 - Suppen
 - Handboogschieten
- Teamkamp te Land, Ter Zee en op Het Luchtkussen
- Tennis speelsterkte KNLTB:
- Volleybal
- Motortoertocht
- Dartcompetitie

Inschrijving als team (de namen van de teamleden vermelden):

Teamkamp aanvoerder is:

Naam team:

NAMEN VAN DE TEAM LEDEN (6-8 personen):

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.

Volleybal aanvoerder is: naam team:
(min. 7 personen, waarvan twee meespelende dames). Er moeten minimaal 2 dames in het veld staan!

NAMEN VAN DE TEAM LEDEN (let u op het minimale aantal volgens info!):

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Aanmeldem voor **dinsdag 13 juni 2017**

Inschrijven alleen via een e-mail aan vgpp@gelderland.nl

Aanmeldingsformulier volledig invullen, daarna scannen en retourneren
via de e-mail naar vgpp@gelderland.nl

Na aanmelding krijgt u van ons geen bevestiging meer!

Deelname aan activiteit sportmiddag activiteit is op eigen risico!!

Mail dit z.s.m. door naar vgpp@gelderland.nl en dit voor de sluitingsdatum!
