

Algemene informatie Sportclub Redo

Sportclub Redo biedt verschillende sportactiviteiten aan voor mensen met een verstandelijke beperking. Er is een gevarieerd aanbod voor verschillende leeftijden en mogelijkheden. Hieronder vind je een overzicht van onze sportactiviteiten, kosten en praktische afspraken.

1. Woensdagavondsporten

Iedere woensdagavond worden verschillende sporten aangeboden:

- **Volksdansen** – afdeling Kreeften
- **Aerobics** – afdeling Maagden
- **Zaalvoetbal** – afdeling Rammen

De trainingen zijn iedere woensdagavond van **18.45 tot 20.30 uur**.

Locatie: Sport+, Maria Montessorilaan 3 (Leerpark), Dordrecht

Kosten

- Contributie: € 7,00 per maand
- Vervoer: € 8,00 per maand

Sportclub Redo biedt vervoer aan voor sporters die hiervan gebruik willen maken. Geef bij de inschrijving aan als je gebruik wilt maken van het Redo-vervoer.

2. Sportinstuif op zaterdagochtend

Afdelingen Vissen en Schorpioenen

Een keer per twee weken is er op zaterdagochtend een sportinstuif. Tijdens deze training besteden we aandacht aan verschillende sporten en beweegactiviteiten.

Tijd: 10.15 tot 12.00 uur

Locatie: Gymzaal van Sparta, Eddingtonweg 1, Dordrecht

Kosten

Contributie: € 3,50 per maand

Vervoer: € 4,00 per maand

Sportclub Redo biedt vervoer aan voor sporters die hiervan gebruik willen maken. Geef bij de inschrijving aan als je gebruik wilt maken van het Redo-vervoer.

3. Jeugdvoetbal

Afdeling Leeuwen – ongeveer 6 t/m 15 jaar

Voor kinderen en jongeren van ongeveer 6 tot en met 15 jaar organiseert Sportclub Redo een keer per twee weken een gezellige voetbaltraining.

Tijd: 10.15 tot 12.00 uur

Locatie: Gymzaal aan Spirea 5, Dordrecht

Ook jeugdleden kunnen gebruikmaken van het Redo-vervoer.

Kosten

- Contributie: € 3,50 per maand
- Vervoer: € 4,00 per maand

4. Combinatie van sportactiviteiten

Sporters kunnen zich ook inschrijven voor meerdere sportactiviteiten. Je kunt bijvoorbeeld iedere woensdagavond sporten én een keer per twee weken deelnemen aan een activiteit op zaterdagochtend.

Kosten

- Contributie: € 9,50 per maand
 - Vervoer: € 12,00 per maand
-

5. Klimmen op woensdagavond

Afdeling Steenbokken

Sportclub Redo heeft sinds 2007 een eigen klimafdeling. Onder deskundige begeleiding kunnen mensen met een verstandelijke beperking vanaf **12 jaar** kennismaken met de klimsport. We klimmen **één keer per maand**, in principe iedere **tweede woensdag van de maand**.

Tijd: 18.45 tot 20.30 uur

Locatie: Climbing Center Dordrecht, Maria Montessorilaan 3A, Dordrecht
(naast Sport+)

Het klimmen vindt plaats op dezelfde avond als de andere woensdagavond-sporten.

Kosten

- Contributie: € 10,00 per keer
- Vervoer: € 2,00 per keer

Ook voor het klimmen kan gebruik worden gemaakt van het Redo-vervoer.

De klimactiviteit is goed te combineren met een sportactiviteit op de zaterdagochtend en/of zaterdagmiddag.

6. Bocce en wandelen op zaterdagmiddag

Afdelingen Stieren en Tweelingen

Bocce

Bocce is een leuk balspel dat veel lijkt op jeu de boules. De sport is geschikt voor sporters die wat ouder zijn of minder goed ter been zijn.

Met bocce werken we onder andere aan de motoriek, beweging en het samenspelen met anderen. Het is bovendien een gezellige activiteit die ook goed samen met mensen zonder beperking kan worden gespeeld.

We sporten **één keer per maand op zaterdagmiddag**.

Tijd: 14.00 tot 16.00 uur

Locatie: Gymzaal van Sparta, Eddingtonweg 1, Dordrecht

Wandelen

Op dezelfde zaterdagmiddagen is er ook een kleine groep sporters en vrijwilligers die een wandeling maakt in de omgeving van de Sparta-gymzaal.

De wandeling is ongeveer 5 tot 7 kilometer. Na afloop komt de wandelgroep samen met de boccegroep om gezellig iets te drinken in de kleedkamer van Sparta.

Ook voor de zaterdagmiddagactiviteiten is vervoer beschikbaar.

Kosten

Contributie: € 3,50 per maand

Vervoer: € 2,00 per maand

Afmelden

Kun je een keer niet komen sporten? Laat dit dan zo vroeg mogelijk weten bij de juiste contactpersoon:

- **Woensdagavonden:** Elina Meeldijk – 06-22277709
 - **Zaterdagochtenden:** Gisela Boomsema – 06-14936067
 - **Zaterdagmiddagen:** Kees van Prooijen – 06-21260724
-

Betaling

De contributie en eventuele vervoerskosten worden aan het einde van ieder kwartaal gefactureerd. Dit gebeurt in **maart, juni, september en december**.

Betalen via automatische overschrijving is natuurlijk ook mogelijk, bij voorkeur per kwartaal.

Bankrekening Sportclub Redo: NL83INGB0005693493

Onze voorkeur gaat uit naar betaling via een automatische incasso. De penningmeester schrijft het bedrag iedere derde maand van het kwartaal rond de 20e af van het opgegeven IBAN-nummer.

Dit gebeurt ongeveer op:

- 20 maart
- 20 juni
- 20 september
- 20 december

Incassoformulieren zijn verkrijgbaar via de penningmeester.

Opzeggen

Wil je het lidmaatschap beëindigen? Opzeggen kan **uitsluitend schriftelijk** bij het secretariaat.

E-mail: Secretaris@sportclubredo.nl

Post:

Sportclub Redo

p/a Ds. Wentinkstraat 13A

3244 XC Nieuwe-Tonge

De contributie stopt vervolgens per **de eerste dag van de volgende maand**.



Eerst een keer komen kijken?

Natuurlijk ben je van harte welkom om een keer bij een van onze sportactiviteiten te komen kijken.

We vragen je wel om vooraf even contact met ons op te nemen via:

06-14936067

of

sportclubredo@delta.nl

Voor nieuwe sporters met een beperking is het prettig als zij de eerste keer samen met een **ouder, begeleider of vrijwilliger van de woonvorm** komen kijken. Zo kunnen we rustig kennismaken en bekijken welke sport het beste past.

Huisregels Sportclub Redo

Bij Sportclub Redo vinden we het belangrijk dat iedereen zich veilig, welkom en prettig voelt. Daarom hebben we een aantal duidelijke afspraken met elkaar gemaakt.

Deze huisregels gelden tijdens alle sportlessen en andere activiteiten van Sportclub Redo:

- We hebben respect voor elkaar.
- We houden rekening met de mogelijkheden van iedere sporter.
- We zijn sportief en eerlijk.
- We gaan zorgvuldig om met sportmaterialen en de sport- en kleedruimtes.
- Agressief gedrag en lichamelijk geweld zijn niet toegestaan.
- We gebruiken geen grof of kwetsend taalgebruik.
- Seksuele intimiteiten of seksuele activiteiten zijn niet toegestaan tijdens Redo-activiteiten.
- Bij problemen of toiletbezoek geldt: mannen helpen mannen en vrouwen helpen vrouwen. Dit helpt om incidenten en mogelijke beschuldigingen rondom seksuele intimidatie te voorkomen.
- Alcohol is tijdens Redo-sportactiviteiten niet toegestaan. Na afloop kan dit, met mate, wel.
- Doping en drugs zijn niet toegestaan.

Deze regels gelden voor alle sporters én vrijwilligers van Sportclub Redo.

Samen zorgen we ervoor dat iedereen met plezier, respect en vertrouwen kan sporten!