

ON THE MOVE

Work that out



De zomervakantie is afgelopen en de scholen zijn weer begonnen. Een perfecte tijd om ook met nieuwe sporttrajecten te starten!

Op dinsdag 22 september start **BOOTCAMP**, om 17.00 uur vanaf de Pahud de Mortangesdreef 61. Dit traject is speciaal voor jongeren, maar ook voor begeleiders, behandelaars, ouders en andere medewerkers in de jeugdzorg. Het Bootcamp traject bestaat uit vijf lessen en wordt gegeven door onze eigen sportcoördinatoren Marco en Geert.

Op woensdag 7 oktober start **ROTS EN WATER**, van 18.00-19.00. Rots en Water is voor jongeren tussen de 13 en 16 jaar. Zij leren onder andere door sportieve opdrachten op een goede manier voor zichzelf op te komen. Ook Rots&Water is vijf keer, verdeeld over zes weken (in de herfstvakantie gaat het niet door). Voordat de training start plant Sanne Matizinger (jeugdhulpverlener De Rading) een intakegesprek, om de wensen en leerpunten van deelnemende jongeren door te nemen. Het is ergens in Utrecht, maar de exacte locatie volgt nog.

In het najaar gaan ook de volgende trajecten van start! Je kunt vast beoordelen voor welke jongeren het aanvullend op en passen bij de behandeling kan zijn:

- **DANS**
- **SNOWBOARDEN**
- **THAIBOKSEN**

De startdata, dagen en tijden volgen snel.

Zin om zelf ook te sporten?

We zoeken altijd vrijwilligers die het leuk vinden om deze trajecten te begeleiden. Dit is vooral lekker zelf meedoen en de trainers ondersteunen op het pedagogische stuk.

Terugblik

Er zijn veel jongeren aangemeld bij de vorige trajecten. Vooral de snowboardlessen en bootcamp waren lekker druk bezocht. Er zijn wel echt ouders en opvoeders nodig die de jongeren stimuleren, motiveren én herinneren om naar hun sporttraject te gaan.

Kijk op onze website www.onthemoveutrecht.nl en laat vooral ook jongeren hierop kijken ter informatie maar ook stimulatie!