

### 19e nieuwsflits Symphonica in Sporto (april 2015)

De nieuwsflits geeft overzicht van de actuele activiteiten van Symphonica in Sporto en werpt een blik achter de schermen.

#### Valbreken Jong & Oud:

Op woensdag 25 maart vond de negende activiteit van Symphonica in Sporto plaats. De activiteit die deze dag op de planning stond was Valbreken voor Jong & Oud. Deze activiteit werd georganiseerd door Basisschool Laurentiushof, Judoclub Randori en KBO Vierlingsbeek en Groeningen.

Het was een bijzondere dag waarbij jong en oud in beweging kwam. Helaas was het evenement, door de beperkte ruimte in de gymzaal, niet openbaar toegankelijk. Dat mocht de uiteindelijke pret en het aantal bewegende mensen niet drukken.

De activiteit begon om 8.45 uur, waarbij de eerste groep mocht gaan valbreken. Dit deed men in de gymzaal waar Judoclub Randori voorlichting gaf aan jong en oud. Na de voorlichting, die gegeven werd met de nodige humor en kennis, was het aan de kinderen om het in praktijk te brengen. Ze mochten met zijn alle aan de gang om valbreken te oefenen.



**Meld vandaag nog een team aan voor het voetbal&schiettoernooi op 14 mei a.s.!**  
Doe het snel via  
[symphonicainsporto@gmail.com](mailto:symphonicainsporto@gmail.com)

Na deze activiteit kregen de kinderen in het klaslokaal een nabespreking. Marius Cuijpers bracht een verhaal voor vanuit de KBO. Vervolgens was het de beurt aan Wouter van Dongen om zijn verhaal, vanuit zijn vak als fysiotherapeut, over te brengen aan de kinderen.



Deze activiteiten werden in zes rondes gehouden voor kinderen uit diverse groepen. Andere groepen kregen, om de beurt, de kans om deel te nemen aan alle activiteiten.

#### Bewegingsmeter:

Het uiteindelijke doel was om zoveel mogelijk personen in beweging te krijgen. Met deze activiteit is gebleken dat sport en educatie heel erg goed samen gaan. Tijdens deze activiteit zijn er maar liefst 378 personen in beweging gekomen. Door Judoclub Randori, KBO en Basisschool Laurentiushof krijgt de bewegingsmeter een flinke boost en staat de teller nu op 4654.

#### Tot slot:

Alle ingrediënten waren aanwezig en zorgden voor een geweldige activiteit waarbij velen jongeren en ouderen in beweging kwamen.

#### Wij danken:

Basisschool Laurentiushof  
KBO Vierlingsbeek/Groeningen  
Judoclub Randori  
Fysiotherapeut Wouter van Dongen

