

Doe jij ook mee met onze zomeractiviteiten?



Kop-Zorg Actief 18+

Deze zomervakantie heeft Kop-Zorg Actief weer een compleet programma met leuke en bijzondere activiteiten. Voor ieder wat wils èn 6 weken lang. Kijk en zoek naar jouw favoriete activiteiten en geef je meteen op. Alle activiteiten zijn ook dit jaar weer gratis!

Opgeven kan via: actief@kop-zorg.nl

We gaan er een heerlijke zomer van maken!

Team Kop-Zorg Actief



Zomeravond Spelen

Hoi allemaal,

Op de volgende pagina's vind je wat we deze zomer allemaal gaan doen, het bijbehorende schema, hoe je kunt inschrijven en 'alle regeltjes'. Wat dacht je van een kickboksen, een fietstocht de zomeravondspelen en een middag D&D? Daarnaast gaan we een paar keer een rondje suppen of kanoën door de binnenstad van Alkmaar! Een frisje en wat lekkers horen daar natuurlijk ook bij! Ook bij minder mooi weer gaan de activiteiten door, maar dan in aangepaste vorm en binnen.

Deelname is alleen voor jongeren van Kop-Zorg.

We zien jullie graag deze zomer!
(pssst ... deelname is gratis)



- Nieuw dit jaar zijn de zomeravond spelen! Voorbeelden hiervan zijn levend stratego, douanespel en een kamelenrace. Lekker buiten met elkaar in de weer! Spel wordt bepaald aan de hand van het aantal aanmeldingen.
- **Van 18.00 uur tot 20.00 uur**
- We verzamelen bij het opvoedcafe en lopen samen naar de Hout
- Begeleiding Kop-Zorg aanwezig

Wandelen in Schoorl



- Een mooie boswandeling door het duingebied van Schoorl.
- **Van 10.00 uur tot 12.00 uur**
- Inclusief wat drinken en wat lekkers
- Verzamelen bij het Bezoekerscentrum in Schoorl
- Begeleiding van Kop-Zorg

Kanoën door de grachten van Alkmaar



- Kanoën door de leuke grachtjes van Alkmaar en tijd om even af te koelen!
- **Van 13.00 uur tot 15.00 uur en van 15.00 uur tot 17.00 uur**
- Inclusief wat drinken en wat lekkers
- Verzamelen bij de Stadstuin
- Begeleiding van Kop-Zorg

Dungeons en Dragons



- Een super tof groepsspel waarin eigen karakters en het spelverloop wordt gecreëerd. Zin om mee te doen? Geef je dan lekker op **Van 13.00 uur tot 16.00 uur**
- We verzamelen op de Lombardsteeg 19 in Alkmaar
- Er is tijd voor wat lekkers en wat te drinken
- Begeleiding van Kop-Zorg aanwezig

Heerlijke voetbal dag



- Kom voetballen op het veld bij Kolping Boys. I dag trainen, voetbal oefeningen en als afsluiting een potje voetbal
- **Van 10.00 uur tot 16.00 uur**
- Inclusief wat drinken, wat lekkers en een lunch
- Verzamelen om **9.30** uur bij Kolping Boys
- Begeleiding van Kop-Zorg aanwezig

Suppen door het centrum van Alkmaar



- Suppen is een heerlijke rustige activiteit op het water! En je ziet de stad een keer vanuit een ander perspectief
- **Van 13.00 uur tot 15.00 uur en van 15.00 uur tot 17.00 uur**
- Suppen wordt meerdere keren aangeboden. Kijk goed in het schema
- Inclusief wat drinken en wat lekkers
- Verzamelen bij de Stadstuin
- Begeleiding van Kop-Zorg

Creatieve middag



- Maak je eigen sleutelhanger of maak een happy stone
Kom gezellig creatief bezig zijn! Het belooft een gezellige middag te worden
- **Van 13.00 uur tot 15.00 uur**
- Inclusief wat drinken en wat lekkers
- Verzamelen op de Lombardsteeg 19 in Alkmaar
- Begeleiding van Kop-Zorg

Fietstocht naar strand van Egmond



- Samen op de fiets voor leuke strandactiviteiten naar Egmond! Een leuke activiteit of lekker even afkoelen
- **Van 10.00 uur tot 13.00 uur**
- Verzamelen bij de stadstuin, kom op de fiets!
- We hebben natuurlijk tijd voor iets te drinken en wat lekkers
- Begeleiding van Kop-Zorg

Vossenjacht



- Nieuw dit jaar, de vossenjacht! Altijd al een speurneus geweest? Ga op zoek naar de vossen in de stad. De activiteit is voor iedereen!
- **Van 14.00 uur tot 16.00 uur**
- We verzamelen in de stadstuin
- Er is wat lekkers en drinken aanwezig
- Begeleiding van Kop-Zorg

Kom lekker Kickboksen



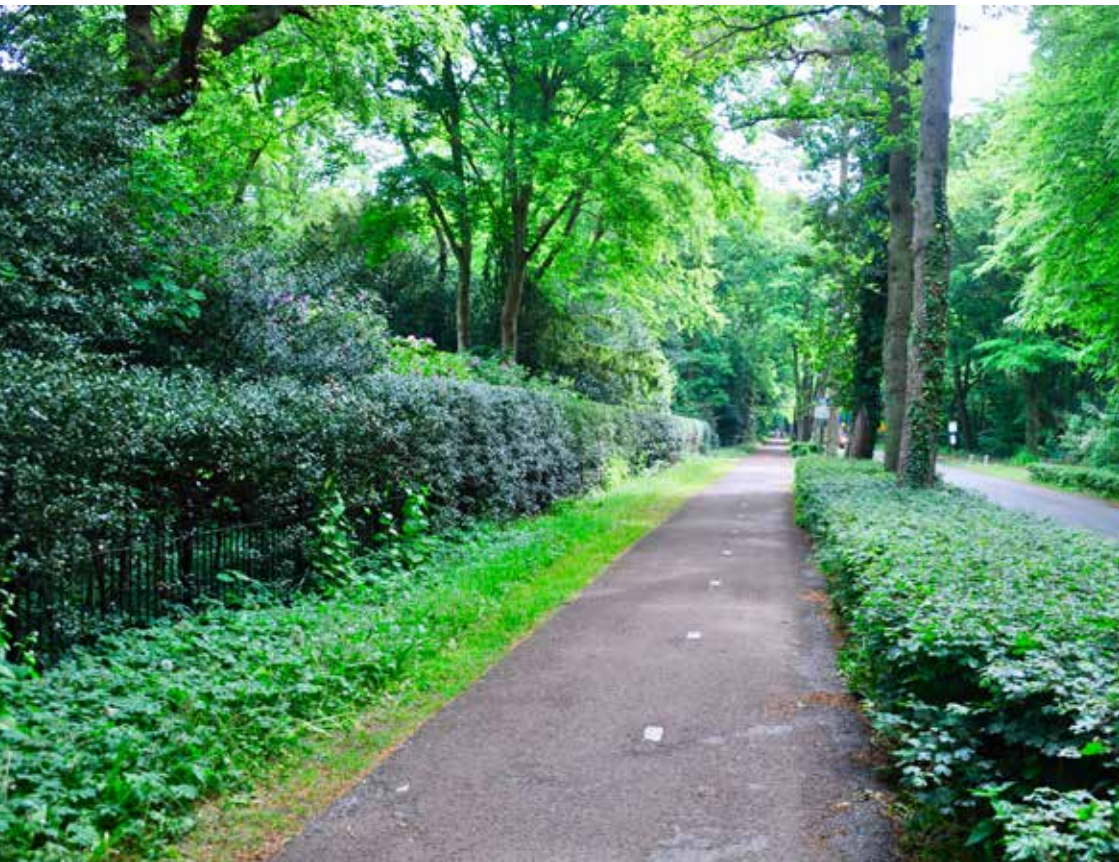
- Leef je heerlijk uit. Leer de echte kickboks technieken en gebruik al je kracht op de bokszak
- **Van 15.00 uur tot 16.00 uur**
- Inclusief wat drinken en wat lekkers
- Verzamelen in de stadstuin
- Begeleiding van Kop-Zorg

Wandklimmen



- Kom ook tijdens de clinic wandklimmen en leer hoe je de beste techniek kunt inzetten om boven te komen
- **Van 14.00 uur tot 15.30 uur**
- Inclusief een heerlijke verfrissing en wat lekkers
- Verzamelen bij de Stadstuin, neem je fiets mee!
- Begeleiding van Kop-Zorg

Fietstocht door het mooie Bergen



- We springen met elkaar op de fiets voor een mooie fietstocht
- Onderweg is er ruimte voor iets lekkers en wat te drinken
- **Van 13.00 uur tot 15.00 uur**
- Verzamelen bij de Stadstuin, neem je fiets mee!
- Begeleiding van Kop-Zorg

BBQ in de Stadstuin



- De zomervakantie afsluiten met een heerlijke BBQ? Wie wilt dat nou niet
- **Vanaf 17.00 tot 19.30 uur**
- De BBQ is in de stadstuin
- Inclusief eten en drinken
- Begeleiding van Kop-Zorg

Week 1

Ma 18 juli	Di 19 juli	Wo 20 juli	Do 21 juli	Vrij 22 juli
Suppen 13.00 - 15.00 15.00 - 17.00	Kanoën 13.00 - 15.30 15.00 - 17.00	Zomeravond Spelen 18.00 - 20.00		

Week 2

Ma 25 juli	Di 26 juli	Wo 27 juli	Do 28 juli	Vrij 29 juli
	Creatieve middag 13.00 - 15.00		Kanoën 13.00 - 15.30 15.00 - 17.00	Fietsen naar Egmond 10.00 - 13.00

Week 3

Ma 1 aug	Di 2 aug	Wo 3 aug	Do 4 aug	Vrij 5 aug
	Kanoën 13.00 - 15.30 15.00 - 17.00	Zomeravond Spelen 18.00 - 20.00		Vossenjacht 14.00 - 16.00

Week 4

Ma 8 aug	Di 9 aug	Wo 10 aug	Do 11 aug	Vrij 12 aug
	Wandelen in Schoorl 10.00 - 12.00		Suppen 13.00 - 15.00 15.00 - 17.00	Kickboksen 15.00 - 16.00

Week 5

Ma 15 aug	Di 16 aug	Wo 17 aug	Do 18 aug	Vrij 19 aug
Fietstocht Bergen 13.00 - 15.00		Zomeravond Spelen 18.00 - 20.00	Wandklimmen 14.00 - 15.30	Dungeons en Dragons 13.00 - 16.00

Week 6

Ma 22 aug	Di 23 aug	Wo 24 aug	Do 25 aug	Vrij 26 aug
		BBQ in de tuin 17.00 - 19.30	BBQ in de tuin 17.00 - 19.30	Voetbaldag 10.00 - 16.00

Hoe werkt het inschrijven?

Je mag je voor maximaal **6** activiteiten inschrijven.
Dat kan achtereenvolgens maar je mag het ook over de zes weken verdelen.
Je kan jezelf inschrijven tot en met 24 juni.

Inschrijven voor een activiteit kan door het sturen van een mail naar

actief@kop-zorg.nl

In deze mail geef je aan voor welke activiteit je wilt aanmelden. Daarbij vermeld je:

- Naam
- Telefoonnummer
- E-mailadres
- Evt. bijzonderheden/allergieën
- De activiteit en de datum van de activiteit

Nog even voor de duidelijkheid:

Als je je aanmeldt voor een bepaalde activiteit wil dit nog niet zeggen dat dit definitief is. Afhankelijk van het aantal aanmeldingen kan het zijn dat wij wat moeten schuiven in het programma. Dat wil zeggen een activiteit toevoegen of aflassen (bij heel veel of te weinig aanmeldingen).

Wij sturen jullie **in de week van 4 juli** een mail waarin staat aan welke activiteiten je mag deelnemen. Bij deze mail voegen we ook alle (extra) informatie, zoals de grote van de groep, spullen die je mee moet nemen etc. Een activiteit gaat door bij minimaal 4 aanmeldingen.

Er zijn **geen** kosten verbonden voor deelname aan de zomeractiviteiten.

Zomeractiviteiten 2022





Kop-Zorg Actief
Oudegracht 162 - 1811 CN Alkmaar
T 072 - 844 09 10 / actief@kop-zorg.nl